

ཨ།བོད་ཀྱི་ནང་བསྟན་དཔེ་ཚལ་སྒྲུབ་ཁྲུག་སྒྲུབ།

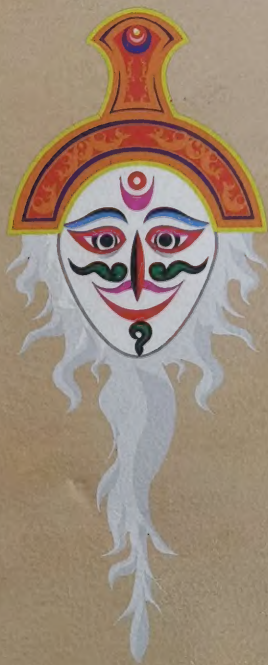
Tibetan Buddhist Resource Center

Text Scan Input Form - Title Page

Work:	W3CN26656	ImageGroup:	I3CN26677
LCCN:	n/a	ISBN:	n/a

Title:	ཡུལ་ཚོས་མེས་པོའི་སྟིང་ནོར། yul chos mes po'i snying nor/
Author:	
Descriptor:	n/a
Original Publication:	n/a
Place:	n/a
Publisher:	n/a
Date:	n/a
Volume:	1
Total Volumes:	1
TBRC Pages:	2
Introductory Pages:	n/a
Text Pages:	n/a
Scanning Information:	Scanned at Tibetan Buddhist Resource Center, 1430 Massachusetts Ave, 5th Floor, Cambridge, Mass. 02138. Comments: 2021

ཡུལ་ཆོས་མེས་པོའི་སྒྲིང་ལོར།



མཐར་ཕྱིན་སྐབས་བཅུ་དགུ་བའི་འཛིན་གྲག་ཉིས་པའི་ཆེད་རྩོམ།

བྱིས་པའི་ཡི་གེ་ནག་ཆུང་། །

ཆུང་དང་ཆར་བས་འཛིག་སོང་། །

མ་བྱིས་སེམས་ཀྱི་རི་མོ། །

བསུབས་ཀྱང་སུབ་ཆུ་མི་འདུག །

ཚངས་དབྱངས་ཆུ་མཚོས།

▲ འདས་མཚན་གྱི་སྒོར།

▲ རྟོན་མོའི་སྒོར།

▲ འདྲེ་སྐྱེད་གི་སྒོར།

ཡུལ་ཆོས་མེས་པོའི་སྒྲིང་ནོར།



མཐར་ཕྱིན་སྐུ་པས་བརྒྱ་དགུ་བའི་འཛིན་གྲ་གཉིས་པའི་ཆེད་ཚུལ།

1871

1872

ཡུལ་ཚོས་མེས་པོའི་སྤྱིང་ནོར།

ཡུལ་ཚོས་མེས་པོ་སྤྱིང་གི་སྤྱིང་ནོར་ཞེས།
སྟན་ཚུམ་དབྱར་རྩ་གོལ་པའི་སྤྱི་ཆེན་འདིས།
བདག་སློ་མདོངས་མཐའི་གཏུང་བ་རབ་བཙོམ་ནས།
ཕན་བདེའི་འདབ་བརྒྱ་བཞད་པའི་དཔལ་ལ་བཀོད།

ཨ་རིག་བདུད་ཅིའི་ཐེགས་རྒྱན་མཆོར་བསྐྱེལ་ཅིང་།
སྟག་བསམ་ནོར་བྱ་སྤྱངས་པའི་དཔལ་འབར་བ།
ཐུར་རྒྱལ་བཙན་པོའི་དཔུང་སྤྱིང་ཅུ་དཔུང་འདི།
འཁྱུར་མེད་དོ་རྩེའི་ཁམས་སུ་རྟག་བརྟན་ཤོག།

སྟག་བསམ་དུང་གི་རྒྱ་བས་ལག་ལེན་ཟེར་བརྒྱའི་འོད་འཕྲོས་ཏེ།
སློ་གསལ་བྱང་བ་གཞོན་ནུར་སྤྱངས་སུན་གཙོད་པའི་རལ་གྱི་སྤྱང།
ཨ་བྱང་ལང་ཆོས་སྟེག་པའི་དེད་དཔོན་གསེར་གྱི་ཤིང་ཏ་ཡིས།
ཤེས་རིག་ནོར་བུའི་སྤྱིང་གི་སྟན་ཚུམ་མེ་རྟོག་རྒྱས་ལྱུར་ཅིག།

ཅས་ཤིས་སྤྱིང་བཅུ་དྲུག་ལོའི་མཐར་ཕྱིན་འཛིན་ཟུག་ཤིས་པས་ཚུམ་སྤྱིག་བྱས་པའི་ཡུལ་ཚོས་མེས་
པོའི་སྤྱིང་ནོར་གྱི་ཤེས་ཆོག་གི་དོད་དུ་དག་མིང་འཛིན་པ་རྩ་རྒྱ་འཛིགས་མེད་རྒྱལ་མཆོན་གྱིས་མེ་ཁོས་
པའི་སྤྱིན་ཅུ་དུ་ཐོས།

གཤམ་འདི་ཐོལ་གྱིས་ཤོར།

འདོད་མེད་མེ་མེ་འབར་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་ལ།
ཤུགས་གྱིས་མཚངས་ནུམས་རང་གི་མེས་པོའི་སྤྱིལ།
བསམ་སྒོ་དང་བཅས་བསེགས་པའི་མཚུག་མཐའ་བྱ།
རང་ཡང་བརྟགས་ཤིང་གཏུང་བས་མནར་འདིས་སྒྱ།

སྒོ་བ་མས་སྒོ་བ་སྒྱུང་བྱེད་པ་སྒོར་མོའི་ཆེད།
མཁས་པས་ལེགས་སྒྱུ་འབྲི་བ་སྒོར་མོའི་ཆེད།
ཆོས་པས་འཆད་ཉན་བྱེད་པའང་སྒོར་མོའི་ཆེད།
འཛིན་ཐང་ཡོད་ཆོད་སྒོར་མོས་འཇལ་དུས་འདིར།

ཁྱུ་མ་གཟུགས་གོ་ལ་ཡངས་པོའི་སྤྱིལ་སྤྱེད་དུ།
འགྱིང་བའི་མགོ་ནག་བོད་པའི་ཡུལ་གྱི་ཆོས།
མེས་པོའི་སྤྱིང་ནོར་འཚོལ་བའི་གཞོན་སྤྱིལ་འགས།
སྤྱེད་པ་སྒོར་མོར་མ་བརྟག་བསམ་སྒོ་གཙང་།

གནས་ལྷགས་མེད་ན་འདྲོར་བ་ལག་མེད་ཀྱང་།
གནས་ལྷགས་མཐར་ཐུག་སྒོན་པའང་འདྲོར་བའི་དུས།
གནས་དང་གནས་མེན་བྱེ་ནས་མེས་པོའི་ལྷགས།
གནས་ལྷགས་སྤྱིལ་ལ་བཙོན་ནུམས་ལ་མཚན་ནོ།

དེ་ཕྱིར་མེས་པོ་བཟེང་ལ་ཉེན་པའི་དུས།

མེས་པོའི་སྙིང་ནོར་སྒྲུང་བ་འདི་བཟང་ཞེས།

མེས་པོའི་སྒྲུང་བཟང་སེམས་ནས་མ་བཟེང་བ།

ཁོ་པོ་དགའ་བའི་གཏམ་འདི་ཐོལ་གྱིས་ཤོར།

ཞེས་དགེ་མིང་འཛིན་པ་བཟོ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཏུ་མཆོས་སྒྲ་བྲང་ནས།

ཤེས་ཚིག་

སྐད་བ་བོད་ཅེས་འབོད་པའི་མི་རིགས་འདི་ནི་གཙོ་བོ་བོད་རང་ས་ནས་སྐྱེས་ཤིང་འཚར་ལོངས་བྱུང་
སྟེ་རིམ་གྱིས་མདོ་དབྱས་ཁམས་གསུམ་སྟགས་ཡུལ་བྱང་མང་བོར་ཁ་བྱེས་པས། ད་ལྟ་འཛམ་གླིང་གི་རྒྱལ་
ཁབ་ལམ་མི་ཆེར་བོད་པས་ཁྱབ་སྟེ་འཛིན་ཉེད་ཀྱིན་གང་ལ། འོན་ཀྱང་། རྒྱལ་ཁོངས་དང་ས་གནས། ཟས་
གོས་དང་མིང་སྟོང་། རྒྱ་ཡིག་སྟགས་ཅི་ཅུམ་བརྗེས་ཀྱང་བོད་པ་ལ་བོད་པའི་ཐུན་མེན་བསམ་སྟོང་དང་
གཤིས་ཀག་མས་སྟེལ་དང་དགའ་མོས་ཤིག་ཡོད་ཟླ། རྣམ་ཡང་བོད་པའི་ངོ་བོ་མ་འཇུག་བར་གནས་ཐུབ་
ཡོད།

ཐུན་མེན་བྱང་ཚས་འདི་དག་ནི་རང་རིགས་ཀྱི་མེས་པོ་གོང་མ་ཚོས་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བསྐྱེད་ཅིང་འཚོ་
བས་བསྐྱངས་འོང་བ་ཤ་སྟག་ཡིན་པས། དྲིན་བྱས་ཀྱི་དྲིན་ཚོར་ན། མི་རིགས་ལ་ཤ་ཚེ་ན། མ་འོངས་པར་
འགན་བྱུང་ན། མཁས་པས་སྤང་མེད་དུ་བསྐྱར་ཁིང་དུས་འཇུག་གིས་བྱུར་མིད་དུ་བཏང་དང་གཏོང་བཞིན་
པའི་དམངས་ཁྲོད་རིག་གནས་ཏེ། ཁོད་དང་གཏམ་དཔེ། སྤྱ་གཞུག་ལྟ་སྤྱང་འདྲེ་སྤྱང་སྟགས་དག་གི་སྒྲ་
ཙམ། མདའ་འཕེན་སྐོར་ཕོ་སྟགས་ལྟས་ཀྱི་སྒྲ་ཙམ། རོ་ཚ་ཁྲེལ་ཡོད། ཡ་རབས་དྲང་བདེན་སྟགས་ཡིད་ཀྱི་སྒྲ་
ཙམ། ཐ་ན་གཞེན་སྟོན་བྱེད་སྤངས་དང་འདས་མཚོད་སྒྲ་བ་ཙམ། དུས་ཚེན་ལ་རོལ་སྤངས་དང་རྒྱན་སྟོང་
འཚོ་བ་སྟགས་བགང་གིས་མི་ལོངས་ཤིང་ཁྱད་འཕགས་དགེ་མཚན་ལྟ་བུ་དག་བརྒྱད་འཛིན་དང་ཐུར་
སྟོབ་བྱེད་པའི་འོས་འགན་དེ་བོད་མི་རེ་རེའི་ཕྱག་སྟེང་དུ་བབས་ཡོད།

སྟོ་སྒྲ་གོས་ལུལ་དང་ཚོས་བརྗོན་དྲག་པོའི་སྟོང་ན་ཤིན་ཏུ་ངལ་ཡང་གལ་འགང་ཆེ་བའི་གོང་གསལ་
གནད་དོན་འདི་དག་ལ་དམིགས་ཏེ། གངས་རྒྱུངས་ཤེས་རིག་ནོར་བུའི་སྟོབ་སྤྲིང་གི་སྐབས་བརྒྱ་དྲུག་པའི་
མཐར་ཕྱིན་འཛིན་བྱ་གཞིས་པའི་སྟོབ་མ་ཡོངས་ཀྱིས། དབྱར་དགུན་གྱི་ངལ་གསོ་སྟགས་དུས་ཚོད་གང་
ཡོད་དམ་འཛིན་གྱིས། ཡུལ་ཚོས་མེས་པོའི་སྤྲིང་ནོར་ཞེས་པའི་དེབ་ཆུང་ཞིག་དཔར་དུ་བསྐྱར་བ་འདིས།
བོད་མི་རེ་རེ་ལ། རྩ་ཆེ་བའི་བོད་པའི་དམངས་ཁྲོད་རིག་གནས་ཀྱི་རིན་ཐང་ཤེས་པའི་སྟོན་ནས་རྒྱད་འཛིན་
དང་ཐུར་སྟོབ་བྱེད་དགོས་པའི་དྲན་སྒྲུབ་ཀྱི་ཚོང་སྤྱ་གསལ་བོ་ཞིག་བསྐྱགས་པ་ལགས་སོ།

ཞེས་རྩེད་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོས་བྲིས།

2016. 5. 29

ཤེས་ཚོག

དམངས་ཁྲོད་ནི་རིག་གནས་ཀྱི་གཏེར་ཁ་ཞིག་རེད། གཏེར་ཁ་དེར་གསེར་དང་དངུལ། ལྷགས་སོགས་
མཚོག་དམན་ལྷ་ཚོགས་ཡོད་ཡོད། སྤྱི་ཞིག་གིས་གཏེར་ཁ་དེ་མ་བསྟོགས་ན་དེ་ནི་མེད་པ་དང་ཁྱད་པར་ཅི་
ཡང་མེད། གལ་ཏེ་སྟོ་གཟུ་བོར་བརྟགས་ཤིང་དབྱེད་དེ་ཐོ་ཅ་བཞོད་ན་ད་གཟོད་རིན་ཐང་བྲལ་བའི་དོ་རྩེ་
པ་ལམ་ཡོད་པ་ཤེས་ལ་དོ་རྩེ་པ་ལམ་དེ་དག་མེས་པོ་དག་གིས་གཏེར་དུ་སྦས་པའང་ཤེས་དེས། དེ་བས་ན་
གཞོན་དག་དམངས་ཁྲོད་ལ་འགྲིམ་རྟེ། རིག་པའི་གཏེར་ཁ་དེ་དག་འཚོལ་བ་ལ་རྩེས་སུ་ཡི་རང་ཡོད།

《ཡུལ་ཚོས་མེས་པོའི་སྟོང་ནོར།》 ལ་ཤེས་ཚོག་གི་ཚབ་ཏུ་ཤེས་རབ་བརྟན་དར་གྱིས་བྲིས།

སྤྱི་ལ་འཇུག་པའི་སྤྱི་འོ་པ།

ལུ་མཆོས་མེས་པོའི་སྤྱི་འོ་པ་ཞེས་པའི་དེ་བ་ཀྱི་འགོ་བརྗོད་དུ། ལུ་མཆོས་མེས་པོའི་སྤྱི་འོ་པ་ཞེས་པའི་དེ་བ་འདི་ནི་༼མཐར་ཐིམ་སྤྱི་ཐུག་པའི་འཛིན་གྲུ་གཉིས་པའི་༽མཐར་ཐིམ་ཆེད་ཚོས་ཡིན་ལ། འདི་ནི་ཁོ་ཚོས་ར་རྒྱ་ནས་མི་ལོ་དུ་མར་འབད་འབྱུངས་བྱས་པའི་བྱུ་བ་འབྱས་ཟེད། འོན་ཀྱང་འདི་ནི་ཁོ་ཚོས་གསར་དུ་མི་ཆོའི་འབྲུལ་བཞུད་ཀྱི་འགོ་ཚུམ་ས་ཡིན་པ་ལས་མཇུག་བཟུ་ས་དེ་མིན་པས། འདི་ནས་སྤྱི་མཐར་ཐིམ་པ་ནས་ཐུར་ལས་སྤྱི་པའི་སྤྱི་ནས་རང་རང་གི་མི་ཆོའི་འཚོལ་སྤྱོད་གི་ལ་ཐུགས་དེད་ནས་བཅོམ་པ་སྤྱོད་པར་བསྐྱེད་དགོས། དེ་ནི་ངས་དེ་བ་འདི་ལ་འགོ་བརྗོད་མ་བྱས་གོང་གི་སེམས་གཏམ་མམ་བསྐྱུལ་མའི་ཆོག་ཡིན།

དེ་ཡང་མི་རིགས་ཤིག་ལ་མཚན་ན་དེ་གནས་པ་ནི་དེའི་རིག་གནས་ལ་བརྟེན་དགོས་ལ། དེ་ཉམས་པ་འང་དེའི་མི་རྒྱུད་གཏན་ཆད་དུ་གྱུར་བ་ལ་མི་ཟེར་བར་རིག་གནས་ཉམས་པ་ལ་ཟེར། དེ་བས་ངས་ཁྱོད་ཆོའི་འཛིན་བདག་དགེ་ཆེན་གཙུག་ལུད་རྒྱ་མཚོ་ལགས་ཀྱི་རེ་བ་ལྟར་མཐར་ཐིམ་ཆེད་ཚོས་འདིའི་མཇུབ་སྟོན་དགེ་ཆེན་གྱི་འགན་ཁུར་དང་ལེན་བྱས་ཏེ་ཆེད་དུ་བརྗོད་བྱ་འདེམས་རིགས་དང་བཀོད་སྤྱོད་རིགས་བྱས་པ་ཡིན།

ངས་ད་མ་རྒྱ་ཆ་སྤྱོད་པོ་མང་པོ་བཤད་ཐུང་། མདོར་ན་ང་ཆོའི་ན་གཞོན་མང་པོས་རང་ཉིད་ངོ་ཤེས་ཀྱིན་མི་འདུག་ཅེས་སྤྱོད་པོ་ཡང་ཡང་བཏོན་ཐུང་། དེ་ནི་རིག་གནས་ཀྱི་ཁྲོད་ནས་རང་ངོ་མ་ཤེས་པ་ལ་ཟེར་བ་ཡིན། ང་ཆོའི་མི་མང་པོ་ཞིག་གིས་མི་རིགས་གཞན་པ་དང་རིག་གནས་གཞན་པ། ཡང་ན་མཚན་ཉིད་རིག་པའི་ལྷ་བྱུ་བ་གཞན་པ་ཞིག་ལ་བརྟེན་ནས་ང་ཆོའི་མི་རིགས་ལ་ལྷ་བཞིན་ཡོད་ལ། དེ་ལྟར་བཞུས་པས་ཁོ་ཆོའི་མིག་ལམ་དུ་གང་སྤང་མཐའ་དག་ཐིམ་ཅི་ལོག་འབའ་ཞིག་ཡིན་པའི་སྤང་བ་འབྱུང་བཞིན་ཡོད། དཔེ་སྤྱོད་མི་ཞིག་གིས་བཤད་ན། ཁོ་ཚོས་ལག་ཏུ་ཆ་ལི་མ་ལྷ་བྱུ་བའི་གཞན་གྱི་རིག་གཞན་གི་ལྷ་བ་ཞིག་བབྱུང་སྟེ་ཀྱུ་ལྷ་བྱུ་བའི་རང་གི་མི་རིགས་ལ་ལྷ་ཞིང་། སེམས་སྤྱོད་ཀྱུ་ལྷ་བྱུ་བའི་ནི་སྤྱོད་ཀྱི་ལུང་པོ་ཞིག་གས་མཐའ་ན་ཤིང་རྟོག་ཅིག་ཀྱང་མ་ཡིན་པའི་ལྷ་ཚུལ་འདོན། ཁོ་ཆོའི་སྤྱོད་བྱེད་ནི་ཏ་ཅང་སྤྱོད་པའི་

ཞིག་སྟེ། འདི་ནི་ཆ་ལི་མ་འདི་དང་མི་འདྲ་བས་སོ་ཟེར་ངེས།

འོན་ཀྱང་འཇིག་རྟེན་དུ་ཆ་ལི་མ་ལ་ཆ་ལི་མའི་ཁྱད་ཚོས་དང་ཐོ་བ་ཡོད་ལ། ཀྱུ་ཤུ་ལ་ཡང་ཀྱུ་ཤུ་རང་གི་ཁྱད་ཚོས་དང་ཐོ་བ་ཡོད་པས། གཅིག་གི་ཁྱད་ཚོས་ཀྱིས་གཅིག་ཤོས་འཛོམས་དགོས་དོན་མེད་ལ་འཛོམས་ཀྱང་མི་ལུས།

དེ་བཞིན་དུ་ང་ཚོས་རང་གི་རིག་གནས་ཀྱི་ནང་ནས་བསྐྱེད་ན་དག་ཅོད་རང་གི་མི་རིགས་ཀྱི་ཁྱད་ཚོས་དང་དགེ་མཚན་མཐོང་ཐུབ་ལ། རིག་གནས་ཀྱི་རྒྱུན་གནས་ན་དག་ཅོད་མི་རིགས་ཀྱི་རྒྱུན་བརྟན་པོར་གནས་ཐུབ།

མྱེར་མི་རིགས་ཤིག་ལ་མཚན་ན་རིག་གནས་ལྷ་མང་ཡོད་ལ། དེ་དག་གང་ཡིན་ཡང་ཏ་ཅང་གལ་ཆེ་བ་ཤ་སྟག་ཡིན། དེའི་ནང་ནས་ཀྱང་སྟེ་བ་དང་འཆི་བ། གཉེན་སྲིག་སོགས་ནི་མི་ཞིག་གི་མི་ཚའི་ཁྱོད་ཀྱི་ཆེས་ཆེ་བའི་བྱ་བ་འབབ་ཞིག་ཡིན་པས། དེའི་སྐོར་གྱི་རིག་གནས་ལས་སྟག་པའི་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་མེད།

མི་རིགས་དེ་ལ་རིག་གནས་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡོད་མེད་དེ་མི་རིགས་དེའི་བཅས་སྟོན་དང་གཉེན་སྟོན། འདས་མཚན་སོགས་ཀྱི་ཚིག་ལས་མཐོང་ཐུབ་ལ། དེ་ནི་དག་ཅོད་མི་རིགས་དེའི་རིག་གནས་ཀྱི་སྟོན་དང་སྟེང་པོ་ཡིན།

དེས་ན་ང་ཚོས་རང་གི་མི་རིགས་ངོ་ཤེས་པ་ལ་ངེས་པར་དུ་བཅས་སྟོན་དང་གཉེན་སྟོན། འདས་མཚན་སོགས་ལས་ངོ་ཤེས་དགོས་ཏེ། རིག་གནས་འདི་དག་ནི་དག་ཅོད་བོད་མི་རེ་རེའི་ཤ་གསལ་རུས་གསལ་ལ་འདྲིས་ཤིང་འཇེམས་ཡོད་དོ།

མེས་པོའི་སྤྲིང་ནོར་ནི་མིང་དོན་མཚུངས་པའི་མེས་པོའི་སྤྲིང་ནོར་ཞིག་སྟེ། བྱ་བཅས་པ་དང་བག་མ་གཏོང་ལེན་དང་། རོ་འདོན་པ་དང་དུར་གདལ་བ་སྟེ། འདི་དག་ནི་མེས་པོ་གོང་མ་ཚོས་མི་ཆེ་གཅིག་གི་ཆེས་གཅིགས་ཆེན་བྱེད་པའི་བྱ་བ་འབབ་ཞིག་ཡིན་ལ། འདི་དག་ལས་མེས་པོ་གོང་མ་ཚོའི་རྣམ་དབྱེད་དང་སློ་སྟོས་མཐོང་ཐུབ་ལ། བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ཁྱད་ཚོས་ཀྱང་ཆོར་ཡོང་བས། ང་ཚོས་ཅིའི་ཕྱིར་བྱ་གཡིང་བྱེད་དམ། འདི་ནི་སྟོལ་ངན་ཞིག་སྟེ། རྒྱུ་མི་རིགས་ཀྱིས་ས་ལ་དུར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་མ་ཟེར་རོགས། འདི་ནི་ང་ཚོའི་རིག་གནས་ཤིག་དང་ཁྱད་ཚོས་ཤིག་ཡིན་ཏེ། མདོར་ན་ཀྱུ་ཤུ་ཞིག་ཆ་ལི་མ་དང་མི་ནོར་བའི་མཚན་མའང་ཡིན།

ངས་སྒོ་བ་མ་འདི་དག་གིས་རང་རང་གི་ས་ནས་བཟུས་ཏེ་བསྐྱེད་པའི་ཚུམ་ཡིག་འདི་དག་རེ་རེ་བཞིན་
ཞིབ་དུ་བཟླགས་པས་ཏེ་ཅང་དག་ལ་སྤང་ཆེན་པོ་སྟེན་བྱུང་། དེར་ཐོག་ཚུམ་ཡིག་འདི་དག་ལ་རགས་སྒྲ་
ཞིག་བྱེད་པའི་འཆར་གཞི་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་མདོ་དབྱས་ཁམས་གསུམ་གྱི་ཡུལ་ལུང་སོ་སོའི་ཡུལ་སྟོན་
གོམས་གཤིས་མི་འདྲ་བ་རེ་རེ་མཐོང་བས་བདག་གི་ཡིད་སེམས་དབང་མེད་དུ་བཀྱག་སྟེ་སྐབས་ལན་རེར་
དག་བཅས་བྱེད་ཐུབ་བཞེད་འགྲོ།

ཚུམ་ཡིག་འདི་དག་ནི་གངས་རྒྱུངས་ཤེས་རིག་ཚོར་བུའི་སྒོ་བ་སྒྲིང་གི་སྐབས་བཅུ་དགུ་བའི་མཐར་ཕྱིན་
འཛིན་གྱ་གཉིས་པའི་སྒོ་བ་མ་ཚས་དལུན་གནང་གི་གོ་སྐབས་བེད་སྤྱད་དེ་ཕྱོགས་བསྐྱེད་པའི་ཡིན་པས།
འདི་ལ་ད་དུང་མ་འདད་ས་དང་ཚོར་འབྱུལ་གྱི་ཆ་གང་མང་ཞིག་ཡོད་པ་བཤད་མ་དགོས་ལ། འདིའི་ནང་
གི་ཡུལ་སྟོན་ལ་ལ་ཞིག་སྟོན་གྱི་ཞིབ་འཇུག་པ་དག་གིས་འདི་ལས་སྟག་པ་རེ་བྲིས་ཡོད་པའང་སྒོས་མེད་ཡིན་
མོད། འོན་ཀྱང་འདི་ནི་སྒོ་བ་འཁྲིང་སྒོ་བ་མ་ཞིག་གི་ངོས་ནས་བཟུས་ན་ཏེ་ཅང་སྒོ་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་
བྱུང་འབྱས་ཤིག་དུ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཆོག།

སྒོ་བ་བུ་འདི་དག་ལས་མང་ཤོས་ཤིག་སྟོན་ཆད་སྒོ་བ་སྒྲིང་གི་གོ་སྐབས་ཡེ་ནས་མ་ཐོབ་པ་ཤ་སྟག་ཡིན་
མོད། འོན་ཀྱང་འཛིན་བདག་དགེ་ཆན་གཅུག་ལུང་བྱ་མཆོའི་ཐུགས་ཁུར་དང་དགེ་ཆན་ནས་པའི་གསོ་
སྦྱང་འོག་ཁོ་ཚོས་མི་ལྟ་མའི་རིང་ལ་དགའ་བྱུང་འབད་བཅོམ་བྱས་པས་ད་སྟེ་གངས་རྒྱུངས་ཤེས་རིག་
ཚོར་བུའི་སྒོ་བ་སྒྲིང་ནས་སྒོ་བ་མཐར་ཕྱིན་རན་མོད། མི་ལོ་འདི་དག་ལ་ངས་ཁོ་ཚོར་བཅད་སྦྱོང་དང་སྟག་
དག་སོགས་བྲིད་ཁུལ་བྱས་པས། ང་ཚོའི་བར་དུ་བཤད་མི་ཚར་པའི་དགའ་སྦྱོའི་གཏམ་སྦྱང་གང་མང་བྱུང་།
དེ་རིང་ཁོ་ཚོའི་མཐར་ཕྱིན་ཆེད་ཚུམ་ལ་འགོ་བཙུང་ཅིག་འཁྲི་དགོས་ཟེར་དུས་ངའི་སེམས་སྒྲ་བཤད་མི་
ཤེས་པའི་ཚོར་བ་ཞིག་སྟེན་བྱུང་། འགོ་བཙུང་འཁྲི་བ་ནི་བྱེས་བཅད་གཏོང་བ་དང་འདྲ་བས། ངས་ཀྱང་འདི་
ནས་ཁོ་ཚོར་སྟེན་མ་བྱུང་བུང་ཞིག་ལ།

ཁྱེད་ཚོ་དེ་རིང་ནས་ས་གང་དུ་སོང་ཡང་བསམ་པའི་དོན་འབྱུང་ཅིང་། ཁ་ལས་རྒྱང་རྒྱ་དར་ནས་རང་
རང་གི་མི་ཚོའི་ཐུགས་འདུན་མདོན་དུ་འབྱུར་བའི་སྟོན་འདུན་ཡང་ཡང་ལ།

ཁྱེད་ཚོས་མ་ཡུམ་སྒོ་བ་སྒྲིང་འདི་ནས་མི་ལྟ་མའི་རིང་ལ་འབད་འབྱུངས་སྦྱང་མེད་བྱས་པས་རང་
རང་གི་ཚིད་གྱི་བྱུང་འབྱས་རེ་སྤངས་ཡོད་ལ། དེ་ནི་རང་ཅག་སྒྲ་ལ་མཚོན་ན་འདྲ་དགའ་འོས་ཤིང་རྟེན་

འབྲེལ་ཁྱེལ་ལ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན་པས། ཁྱོད་ཚོས་རང་ཉིད་ལ་རྟེན་འབྲེལ་བྱ་བ་དང་དུས་མཚུངས་སུ་བྱིན་
ཆེ་བའི་མ་ཡུམ་སློབ་སྦྱང་དང་དགོ་ཀན་ནམ་པར་ཡང་བཀའ་བྱིན་ཁྱེལ་།

འུ་ཅག་ནི་གཞན་དང་མི་འདྲ་སྟེ། རང་ཁ་གསོས་པ་ཙམ་གྱིས་ད་དུང་འགན་འཁུཿ་ཚོགས་མེད་དེ། རང་
གི་པ་ཡུལ་དང་མི་རིགས། རིག་གནས་སོགས་མང་བོ་ཞིག་གི་དར་རྒྱུ་ཀྱི་ལས་དབང་ལ་གཡོལ་ཐབས་
མེད་པ་དེ་དུས་ནམ་ཡང་དཀ་པར་གྱིས།

ཁྱོད་ཚོས་འགོ་ཁར་བྲིས་པའི་མེས་པོའི་སྤྲིང་ནོར་འདི་ནི་རང་ཅག་གི་མེས་པོ་གོང་མ་དག་གི་འཚོ་བ་
འཚོལ་བའི་མེ་ལོང་ཡིན་པས། མེ་ལོང་འདི་ལ་གཡའ་མ་ཤོར་བ་ཞིག་ཅིས་ཀྱང་སེམས་ལ་བྱུངས།

མདོར་ན་སློབ་སྦྱང་འདིར་ཁྱོད་ཚོར་ག་མི་ཚ་བའི་དགོ་ཀན་དང་ལས་བཅོ་བ་གཅིག་ཀྱང་མེད་པས།
མ་ཡུམ་སློབ་སྦྱང་ནི་ཁྱོད་ཚོས་རང་གི་ཆེ་གང་གི་རྒྱབ་རི་དང་སློབ་རྒྱབ་ཅིག་ཡིན་པར་ཡིད་ལ་བྱུངས།
མཐར་ཁྱོད་ཚོའི་བསམ་དོན་ཚོས་ཀྱིས་འབྲུག་པར་སློན།

ཞེས་འཛིན་གྱི་པོད་ཡིག་དགོ་ཀན་གྱི་མིང་ཙམ་འཛིན་པ་གྱི་ལིང་འཛིགས་མེད་ཀྱིས་རང་སྤྱིལ་དུ་བྱུར།

2016.6.3ཉིན།

དཀར་ཆག

འདས་མཆོད་ཀྱི་སྐོར།

2 མདོ་སྨད་ར་རྒྱའི་འདས་མཆོད་སྐོར་རགས་ཙམ་སྐོང་བ།

གེ་ཐོ་སྐྱབས།

7 མདོ་སྨད་ཁོ་ཆོ་ཡལ་གྱི་འདས་མཆོད་སྐྱབ་སྒྲངས་རགས་ཙམ་སྐོང་བ།

ཁོ་ཆོ་བཟུ་ཤིས་ཆོ་འིང་།

17 འམས་སྐྱོ་བྱག་ཡལ་གྱི་ཤེས་པོ་གཙང་ཐབས་དང་ཆོ་ག་སྐྱབ་སྒྲངས་སྐོར་རགས་ཙམ་སྐོང་བ།

ཁྱི་ཐོག་ཆོས་དབྱིངས་རྒྱ་མཚོ།

26 མདོ་སྨད་གྱི་མིང་ཡལ་གྱི་འདས་མཆོད་བྱེད་པའི་བརྒྱུད་རིམ་མདོ་ཙམ་རྩོསྦྲད་པ།

གཤེན་བྱག་མངས་རྒྱས།

38 དགའ་བདེའི་ཚུགས་ཀྱི་འདས་མཆོད་སྐྱབ་སྒྲངས་སྐོར་ནས་རོབ་ཙམ་སྐོང་བ།

དག་དབང་བཅོམ་འབྱས།

42 མདོ་སྨད་ཐེ་པོ་རྩོང་ཅུ་ཁོག་པའི་འདས་མཆོད་བྱེད་སྒྲངས་སྐོར་རགས་ཙམ་སྐོང་བ།

ཐེ་པོ་བསོད་ནམས་རྒྱ་མཚོ།

48 མདོ་སྨད་གཅིག་སྒྲིལ་ཁང་སར་མའི་འདས་མཆོད་སྐྱབ་སྒྲངས་ཀྱི་སྐོར་རགས་ཙམ་སྐོང་བ།

གཡུ་ཆེ་ཐོགས་མེད་རྩོ།

52 གཤེར་རྩའི་ཡལ་གྱི་འདས་མཆོད་སྐྱབ་སྒྲངས།

དགོས་འདོད།

56 ཁྱོ་ཁོའི་དབལ་བན་ལྷེ་བའི་འདས་མཆོད་ཅུང་ཙམ་བཤད་པ།

དོན་གླེ།

60 མཛོད་དགའི་ཡུལ་གྱི་ཚས་མེ་ནང་བའི་འདས་མཛོད་བྱེད་སྒྲངས་སྐོར་ཅུང་ཙམ་སྐྱེང་བ།

རྒྱུ་འཇམ་དབྱངས་དབང་ལྷག

65 ཅུ་ཆེན་རྫོང་བོད་འབྲུག་ཟླ་བའི་འདས་མཛོད་བྱེད་སྒྲངས་རགས་ཙམ་སྐྱེང་བ།

རྩ་རྩེ་བུད་འཛོམས།

68 མགོ་ལོག་སྤྱ་ནག་ཚོ་དྲུག་ལས་དྲ་བའི་ཚུགས་གྱི་འདས་མཛོད་སྐོར་རགས་ཙམ་སྐྱེང་བ།

དམེ་ཆང་བདེ་ལྷན།

73 མདོ་སྐད་དམེ་ཤུལ་ས་ཆའི་འདས་མཛོད་སྐོར་རོབ་ཙམ་སྐྱེང་བ།

དམེ་ཤུལ་བསོད་ནམས་དཔལ་ལྷན།

78 སྤག་དཀར་རྫོང་ལུང་བཟང་ཡུལ་ཚོ་སྤྲུག་པོ་ཟླ་བའི་འདས་མཛོད་སྤྱབ་སྒྲངས་སྐོར་རགས་ཙམ་སྐྱེང་བ།

འཇམ་དབྱངས་བྱམས་བཅེ

85 མ་རྩུ་མཐོ་ཡུལ་མའི་འདས་མཛོད་སྤྱབ་སྒྲངས་རོབ་ཙམ་སྐྱེང་བ།

ཟླ་བཟང་བཀྲ་ཤིས།

89 མདོ་སྐད་རྒྱུ་ཚོ་དགོན་ཆེན་གྱི་ཤྱ་བའི་གདུང་རྩོགས་བྱེད་སྒྲངས་གྱི་སྐོར་རགས་ཙམ་སྐྱེང་བ།

ཟླ་བཟང་རྒྱ་མཚོ།

93 མཛོད་དགའ་རྒྱང་ཆའི་ཡུལ་གྱི་འདས་མཛོད་བྱེད་སྒྲངས་རགས་ཙམ་སྐྱེང་བ།

ཟླ་བཟང་རྒྱལ་ཁྲིམས།

97 རོ་ཟླམ་ཡུལ་གྱི་འདས་མཛོད་སྤྱབ་སྒྲངས་ཅུང་ཟད་བཤད་བ།

རོ་ཟླམ་མིག་དམར་དོན་གྲུབ།

102 ཐེ་བོ་བག་པའི་ཡུལ་གྱི་འདས་མཛོད་བྱེད་སྒྲངས་རགས་ཙམ་སྐྱེང་བ།

འཇམ་དབྱངས་ཉི་མ།

110 མདོ་སྐད་ཟམ་ཆའི་འབྲོག་ཡུལ་གྱི་འདས་མཛོད་སྐོར་རགས་ཙམ་སྐྱེང་བ།

འཇིགས་མེད་གྲགས་བ།

- 119 ལྷ་བཟང་ལྷ་བའི་དམངས་ཁྲོད་ཀྱི་འདས་མཆོད་རྒྱུ་ཚུལ་རགས་ཙམ་སྐྱེང་བ།
ཁྲོད་འོད་ཟེམ།
- 126 མདོ་ལ་མ་རིག་གི་འདས་མཆོད་སྐོར་རགས་ཙམ་སྐྱེང་བ།
འཕེལ་རྒྱས་དོ་རྩེ།
- 129 མགོ་ལོག་དགའ་བདེའི་ཡུལ་གྱི་སྒྲ་མའི་གདུང་རྩོགས་སྐོར་རགས་ཙམ་སྐྱེང་བ།
དམེ་གསུང་རབ།
- 133 མདོ་སྐད་སྐད་རའི་འདས་མཆོད་སྐོར་རགས་ཙམ་སྐྱེང་བ།
ཡོན་ཏན་ཡར་འཕེལ།
- 138 ལྷལ་མ་དགོན་གྱི་གདུང་རྩོགས་བྱེད་སྐདས་སྐོར་རགས་ཙམ་སྐྱེང་བ།
འཛིགས་མེད་བཟོད་བ།
- 145 མདའ་བཞི་ཡུལ་གྱི་འདས་མཆོད་སྐོར་རགས་ཙམ་སྐྱེང་བ།
སྒོ་བཟང་ལེགས་བཤད།
- 150 མདོ་སྐད་རྒྱས་ཆང་དགོན་གྱི་བྲ་བའི་གདུང་རྩོགས་བྱེད་སྐདས་མདོ་ཙམ་སྐྱེང་བ།
རྒྱས་ཆང་ཤེས་རབ།
- 154 མདོ་སྐད་ར་རྒྱ་དགོན་གྱི་བྲ་བའི་གདུང་རྩོགས་རྒྱུ་ཕྱགས་རོབ་ཙམ་སྐྱེང་བ།
རྩྭ་ལོ།
- 158 ཅོ་ནེ་རེ་བོ་ས་ཆའི་འདས་མཆོད་རྒྱུ་སྐདས་སྐོར་མདོ་ཙམ་སྐྱེང་བ།
ཕྱིན་པ་རྒྱ་མཚོ།
- 162 ར་བ་མེད་སྐོར་ཡུལ་གྱི་འདས་མཆོད་རྒྱུ་སྐདས་རགས་ཙམ་སྐྱེང་བ།
གས་མཆོག

སྟོན་མའི་སྐོར།

168 རང་ལ་ཕྱོགས་གྱི་གྲུ་སྟོན་སྐོར་རགས་ཙམ་བཤད་བ།

རྒྱལ་ཚང་ཀམ་ཚུལ་ཁྲིམས་ནམ་རྒྱལ།

175 མགོ་ལོག་དགའ་བདེའི་ཡུལ་གྱི་སྐྱ་བཤད་སྐོར་རགས་ཙམ་སྒྲིང་བ།

གཙང་ལྷ་མ།

179 བྲག་དཀར་སྒྲེལ་རྫོང་དགོན་པའི་རྒྱལ་སྐུའི་ཁྲི་སྟོན་གྱི་ཚ་ག་སྒྲེལ་ཚུལ་སྒྲིང་བ།

རྒྱ་བཟང་འཕྲིན་ལས།

183 མགོ་ལོག་ཨ་སྐྱོང་ཁང་སར་ཡུལ་གྱི་གྲུ་སྟོན་བྱེད་སྐྱེད་རགས་ཙམ་སྒྲིང་བ།

གཡུ་ཚ་ཚོས་སྐྱོང་རྒྱབས།

187 ར་བ་སྐོ་མང་ཡུལ་གྱི་གཞེན་སྐོར་སྐོར་རགས་ཙམ་སྒྲིང་བ།

ཚོས་དགའ།

192 མགོ་ལོག་དགའ་བདེའི་ཕྱོགས་གྱི་སྐར་རི་ལྗེ་བའི་གྲུ་སྟོན་རགས་ཙམ་སྒྲིང་བ།

སྐར་ཅུ་ཐུགས་ཆེན།

196 མདྲ་སྐྱོད་དཀྱིལ་འཁོར་ཡུལ་གྱི་གཞེན་བཤད་སྐོར་རགས་ཙམ་སྒྲིང་བ།

དག་འདུན་ཚོས་བྲག་མ།

201 མདོ་ལ་ཨ་རིག་གི་གཞེན་སྐོར་སྐོར་རགས་ཙམ་བརྫོང་བ།

ཨ་རིག་དཔའ་བོ་དོ་རྩེ།

205 བོད་གྱི་འཕྲུ་སྟོན་དང་འབྲེལ་ཏེ་ར་རྒྱའི་འཕྲུ་སྟོན་སྐོར་རགས་ཙམ་སྒྲིང་བ།

པ་རྒྱ་དབང་ཆེན།

208 རྒྱལ་རོང་དགའ་གནས་ཡུལ་གྱི་གཞེན་སྟོན་སྐོར་རགས་ཙམ་སྒྲིང་བ།

པ་རྒྱ་དོ་རྩེ།

212 ར་རྒྱའི་ལོ་མར་སྐོར་རགས་ཙམ་བླང་བ།

པར་སྐྱབས།

216 ལམས་ཟེ་དགའི་མིཔ་འབྲོག་ལུལ་གྱི་གཉེན་སྦྱོར་རགས་ཙམ་བླང་བ།

པོད་ཐུངས་བརྟན་དགའ།

220 མདོ་སྐད་དུལ་རའི་ལུལ་གྱི་གྲ་སྟོན་སྐོར་ཆེ་ལོང་ཙམ་བཟོད་བ།

དུལ་ར་བརྟན་འཛིན་དབང་རྒྱལ།

226 སི་ཁྲོན་མཛོ་དགེ་བློང་དཀར་ཟེ་བའི་གཉེན་སྟོན་རྒྱལ་སྐྱངས་རོབ་ཙམ་བླང་བ།

བྲག་ཆེ་རིང་།

229 མཚོ་སྒྲ་དཔལ་ལའི་གཉེན་སྟོན་ཅུང་ཟད་ངོ་སྟོད་བ།

མཁར་བྱམས་ཆེ་རིང་།

232 ར་རྒྱའི་གཉེན་སྦྱོར་སྐོར་རགས་ཙམ་བླང་བ།

མཚོག་གསུམ་སྐྱབས།

236 མགར་ཆེ་ཞོལ་མའི་མེད་སྟོན་སྐོར་ཅུང་ཙམ་བཤད་བ།

ལ་རྒྱ་ཆེ་རིང་རྒྱལ།

238 ཇ་ལུལ་སྒོ་མང་གི་འདུ་ཁང་བཞུངས་རྒྱལ་དང་དའི་མཛད་སྟོན་སྐོར་རོབ་ཙམ་བླང་བ།

ཆེ་རིང་ལོ་བརྒྱ།

241 མཚོ་སྟོན་སྦྱོར་རྒྱུན་གྱི་གཉེན་སྟོན་བྱེད་སྐྱངས་སྐོར་རགས་ཙམ་བླང་བ།

ཐོན་ཐར་མཐོན།

247 ར་ཐུན་ཟེ་བའི་གཉེན་སྦྱོར་གྱི་རིམ་པ་བླང་བ།

འཕྲིན་ལས་འོད་གསལ།

250 མགར་ཆེ་ཞོལ་མའི་གཉེན་སྟོན་སྐོར་རོབ་ཙམ་བླང་བ།

ལུལ་ལྟ་རྒྱལ།

254 མང་པོའི་སྒྲ་ཚང་རྩ་ཆུན་ཕྱགས་ཀྱི་གྲུ་སྟོན་བྱེད་སྤངས་རགས་ཙམ་བཤད་པ།

ཀྱེ་ཡུར་དོན་ཆེ་ཆེ་རིང་།

258 མ་ཐུས་ལ་གོ་སྟོན་སྐོར་གྱི་ཁ་བདེ་བྱས་པ།

མགར་ནམ་རྒྱལ་ཆེ་རིང་།

260 ཡུལ་དགའ་བདེའི་གཉེན་སྟོན་རགས་ཙམ་བཤད་པ།

སྟག་ཡུག

263 བོད་ཀྱི་གཉེན་སྟོལ་ལས་མདོ་སྤང་ར་རྒྱའི་ཕྱགས་ཀྱི་གཉེན་སྟོན་སྤངས་རགས་ཙམ་བློང་པ།

གསང་བདག་སྐྱབས།

266 མགོ་ལོག་གཅིག་སྟོལ་ཁང་སར་ཐེ་བའི་གཉེན་སྟོན་བྱེད་སྤངས་ཀྱི་སྐོར་རགས་ཙམ་བློང་པ།

ཕྱག་དོར་སྐྱབས།

འདྲེ་སྤྱང་གི་སྐོར།

272 དངོས་སུ་བྱུང་བའི་འདྲེ་ཁྱི་ཞིག་གི་གཏམ་རྒྱུད།

ཀྱུན་བཟང་ཆེ་རིང་།

278 ཁྱོད་གསུམ་ཆུན་པོའི་བྱུང་བ་མདོར་བསྟུན།

ཀྱུན་ཤེས།

281 དབུས་ལམ་གྱི་འདྲེ་གཉིས།

ཆུ་བདོན་བྱུག།

283 རོ་ལངས།

བསྐྱེད་རྒྱལ་མཚན།

286 ལྷགས་ལོ།

ཡུར་བ་སྐྱབས།

288 འདྲེ་རྒྱང་གཅིག་དམ་ལ་བཏགས་ཚུལ།

ཕུར་བ་བཀྲ་ཤིས།

293 འདྲེ་མོ་ལག་སྒྲ་མ།

རག་ཤུལ་བཀྲ་ཤིས་དབང་གཤགས།

296 ར་རྒྱའི་ཡུལ་གྱི་འདྲེ་རྒྱང་ཚན་པ་གཉིས།

ཆུ་བ་བདེ་དགའ།

299 རྫོག་ཐུར་གྱི་ཐིམ་གཟུགས།

བཙུན་འབྲུགས།

302 ལུག་ཇི་དང་རྒྱལ་བོའི་སྤྲུལ་མ།

བཟུན་འཛིན་འཛིགས་མེད།

306 ཚེས་ཇི་རྒྱལ་བ་བཟང་པོ་དང་གཞི་བདག་སྒྲན་ཅེ།

སྒོ་བཟང་དགེ་འདུན།

310 དགའ་བདེའི་ཡུལ་གྱི་འདྲེ་རྒྱང་ཚན་པ་གཉིས།

མགར་སྒོ་བཟང་སངས་རྒྱལ།

313 འདྲེ་རྟ་དཀར་པོ།

ལུ་རིག་མགོན་པོ་སྐུབས།

315 རི་ཁྲོད་པ་ཞིག་གི་དངོས་ཐུང་གཏམ་རྒྱུད།

ཀམ་ཐུན་བྱུང།

319 ལབ།

ནགས་ཚེ་འབྲུམ་སྐུབས།

322 འདྲེ་རྟ་ནག་ཅན།

ཆོ་བཏན་རྡོ་རྗེ།

325 འདྲེ་བྱིང་མེར་ཅན།

འབའ་འཇམ་དབངས་བྱ་ཚོ།

328 ཁན་པོ་ལྷ་ནག་ཟེལ་དང་ལྷ་ནག་ཟེ།

ཡེ་ཤེས་ཚོས་གྲགས།

331 ཏ་མའི་བྱི་ཟེལ་གྱི་ཁྱོད།

ར་སྐལ་ཟེལ་འཛིན་ཚེ་རིང་།

333 འདྲེ་དང་མའི་བར་གྱི་བཅེ་བ།

ཏ་མཁྱེན་དབང་བྱུག

335 མཚམས་པ་བ་དང་ལྷགས་པ།

རྩ་རྩེ་ཟེལ་ཚེ།

336 བྱང་མེམས་གྱིས་གདོན་འདྲེ་འདུལ་བ།

ལྷགས་མཁའ་ཚེ་རིང་།

350 ལུ་མོ་པོ་གསར་གྱི་ཉམས་ཅན།

སངས་རྒྱས་རྒྱལ་བ།

353 ལ་མདོ་མ་ཚུའི་དངོས་བྱང་འདྲེ་རྒྱང་ཞིག་སྤེང་བ།

སྐལ་བཟང་བསོད་ནམས།

360 ཡི་དྲགས་གྱི་ཚེ་འཕྱལ།

མྱེ་བྱ་དོན་གྲུབ།

362 འདྲེ་མོ་སྒོ་རྩང་མ།

སྒོམ་པ་བྲག་ཤིས།

364 ལྷན་གྲུབ་གྱི་བཅེ་རྩང་ལས་བྱང་བའི་འདྲེ་རྒྱང་།

ལྷག་ལྷག་ཚེ་རིང་།

367 མི་ལ་ཅི་ཅི།

གར་ཚང་སྒྲག་ལྟ་ཆེ་ཡིང་།

369 འདྲེ་དོ་རྒྱག་མཁན།

ཕྱི་ལ་ཆོས་གྲགས་ལྟ་མཆོ།

374 མནའ་མ་འདྲེ་མོ།

ཆེ་ཡིང་དར་རྒྱས།

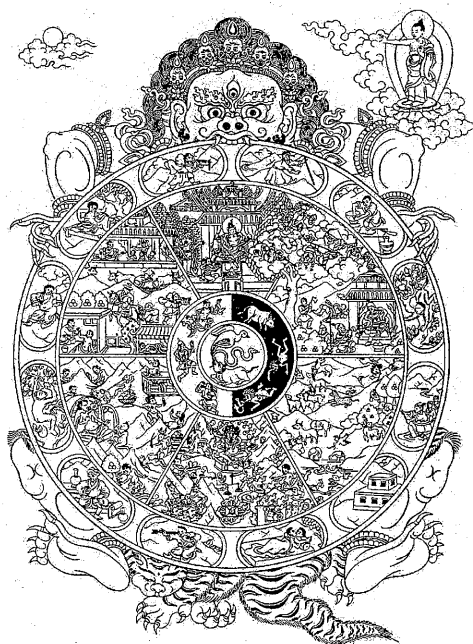
376 བྱ་ཆེ་བ་འདྲེ་མོའི་ལག་ནས་ཐར་བ།

འཕོ་ར་དོན་བཟ།

378 མཇུག་གཏམ།



འདུལ་མཆོད་ཀྱི་ཕྱི་རྩིས།



མདྲོ་སྒྲུང་རྩ་བའི་འདས་མཆོད་སྐོར་རྒྱུགས་ཅམ་སྒྲུང་བ།

ཀེ་མོ་སྐབས། རྩ་བའི་

[ནང་དོན་གནད་བསྟུན།] རྩུ་རྩུ་ལས་བྱེད་སྒྲུངས་ལ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ལས་འདིར་མདྲོ་སྒྲུང་རྩ་བའི་ཚུགས་
ཀྱི་འདས་མཆོད་སྐབས་སྐོར་རྒྱུགས་ཅམ་སྒྲུང་ཡོད་ལ། དེ་ཅུ་ཤི་རྟགས་ཅི་ཞིག་ཡིན་པ་དང་ཤི་མ་ཐག་ཅི་ཞིག་
བྱ་དགོས་པ། བཅ་པོ་མི་ལྟར་བདག་བྱེད་ཚུལ། ཇི་ལྟར་འབྱེད་ཚུལ། ཇི་ལྟར་བྱ་གཡེང་བྱེད་ཚུལ་སོགས་སྒྲུང་ཡོད།

བཅར་འདྲི་དངོས།

༡. ཤི་ཁར་གང་དག་ལ་འཛེམ་དགོས།

མི་ཤི་ཁར་དེའི་དབང་ཆ་དང་བྱ་བ་མོ་སོགས་ཉེ་འབྲམ་ཁྱ་ཡོང་བ་དང་། ཉེ་འབྲམ་དུ་འཕྱུག་པ་སོགས་
ལ་འཛེམ་དགོས།

༢. ཤི་མ་ཐག་ཅི་ཞིག་བྱ་དགོས།

ཤི་མ་ཐག་ཉེ་འབྲམ་དུ་འཕྱུག་པར་བཅ་ཤུན་དང་མཐུད་པ། སྒྲུང་འཁོར་སོགས་འཕྱུད་དགོས་
པ་དང་མོ་དར་གཡས་དང་མོ་དར་གཡོན་ཚུགས་སུ་བསྐྱོར་ནས་ཆུང་འབྱུག་ཏུ་འཕྱུག་དགོས། ཤི་རྟགས་ཉེ་
ནང་དབྱུགས་ཆད་ནས་ཁམས་དཀར་དམར་མ་བཞུར་བར་དུ་རོ་སྒྲུལ་མི་རུང་། གལ་ཏེ་ཐུགས་དམ་ལ་
བསྟན་ཡོད་ཆོག་གསང་འདུས་སྒྲོན་ལམ་དང་སྒྲོས་བདུག་ནས་ཡང་དང་བསྐྱར་དུ་སྐྱུན་འདེན་བྱས་གསོལ་
བྱས་ཏེ་སྒོལ་དུ་འཕྱུག་དགོས། ཤི་མ་ཐག་ངེས་པར་དུ་ཐུས་མགོའི་སྒྲ་མ་ཞིག་ཞུ་དགོས།

༣. བྱེད་དབྱུགས་ཆད་རྩེས་ཅི་ཞིག་བྱ་དགོས།

བྱེད་དབྱུགས་ཆད་ནས་བཅ་པོ་ཆུང་འབྱུག་རྩེས་ངོ་མཁ་ ① སྒྲེ་བསྐྱུ་དགོས། བཅ་པོ་སྐབས་ཁ་
བཏགས་ཤིག་གིས་མིད་ཐག་ཆུང་སྒྲོད་པོར་བསྐྱུ་དགོས། སྒྲོད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི་གལ་ཏེ་དམ་པོར་
བསྐྱུས་ན་རྒྱ་མེས་འགྲོ་མི་ཐུབ་པས་ཡིན་ལ། བཅ་པོ་འབྱེད་པའི་སྐབས་སུ་དམ་པོར་བསྐྱུ་དགོས།

① མི་ལ་ཤས་ཆོ་ལས་འདས་སྐབས་མིག་བཟང་ནས་ཡོད་པས་ལག་པས་ངོ་སྒྲོད་ངོ་སྒྲུང་དུ་བྱེད་ཏེ་མིག་ཟིམ་དུ་བཟུག་
པའི་དོན།

༤. རྩལ་མཐུན་དང་བཅའ་པོ་སྤྱོད་མཐུན་སྟགས་ལ་ཁྱད་པར་ཡོད་དམ།

རྩལ་མཐུན་ལ་ཁྱད་པར་མེད། བཅའ་པོ་སྤྱོད་པ་ལ་ཐོག་མར་གཤིན་པོ་དང་ལོ་མཐུན་པ་ཞིག་གིས་བཅའ་པོ་སྤྱོད་དགོས་ལ་དེ་རྗེས་ད་གཞོན་བཅའ་པོ་བསྤྱོད་དགོས།

༥. བཅའ་པོ་ཐོ་ལྷར་བསྤྱོད་དགོས།

བཅའ་པོ་སྤྱོད་སྐབས་ཤི་པོ་དཔེ་རྒྱུ་མགོ་ལ་ཐག་པ་བརྒྱབ་ནས་རྒྱབ་ལ་འཐེན་ཏེ་མེད་ཐག་དཀྱིས་ཤིང་། ལག་པ་གཉིས་ཐལ་མོ་སྤྱར་བའི་རྒྱུ་པར་བཅིངས་ནས་ལག་པའི་མཐེལ་དུ་ལྷག་གསོན་པོའི་བལ་དེའི་ཁྱག་ལ་ནས་ཤིག་བཞག་ནས་ལག་པ་གཉིས་ཀྱི་སྤོར་ཅེ་དཔལ་བར་ཐུག་དགོས། དེའི་དཀྱིབས་ནི་སྤྱུ་ཁྱག་ཅིག་སྟེ་རྒྱུ་དང་གཉིས་རྒྱབ་ནས་ཡར་སྐྱེ་ལ་བཏེགས་རྗེས་ལག་པ་ཡར་སྐྱེ་ལ་བཏེགས་ཏེ་སྤོར་མའི་ཅེ་དཔལ་བར་ཐུག་པ། ལུས་མོ་གཉིས་སྟོ་བའི་གམ་དུ་བཏེགས་ཏེ་ལུས་མགོ་གཉིས་ལག་པའི་སྤྱོ་མོ་ལ་ཐུག་པར་བྱས་ནས་དུར་ཁྲོད་ལ་མ་ཁྱེར་བར་དུ་པོ་དར་གཤམ་དང་མོ་དར་གཤམ་ལྷར་བྱེད་ཀྱི་གམ་དུ་མཆོད་མེ་རྒྱུ་ལྷག་གཞག་དགོས། རྩལ་སྐབས་ངེས་པར་འཛུལ་དགོས་པ་ནི་བྱེ་ལ་རྩི་ཉེ་སར་ཡོང་མི་རུང་ངོ་།

༦. གཤིན་པོའི་ཆེད་དུ་སྤྱོད་མ་ཅི་ཙམ་གདན་འདྲེན་དགོས།

གཤིན་པོའི་ཆེད་དུ་སྤྱོད་མ་གཉིས་གདན་འདྲེན་སྟེ་ཡོད་དེ། ཤི་མ་ཐག་སྤྱུ་མགོར་ཕེབས་རྒྱུའི་སྤྱུ་མགོའི་སྤྱོད་པ་དང་། རྒྱར་མའི་སྤྱོད་མ་གཉིས་གདན་འདྲེན་དགོས། ས་ཕྱོགས་ལ་ལ་ནས་རྒྱུགས་པའི་སྤྱོད་མ་ཞེས་ལོགས་སུ་སྤྱོད་མ་ཞིག་ཀྱང་གདན་འདྲེན་མོད་འདྲི་མི་དགོས་སོ། དེ་མིན་བདུན་པ་བདུན་དང་ཨ་མཆོད་གཅིག་བཅས་གདན་འདྲེན་བྱ། བདུན་པ་ལ་ངེས་པར་དུ་ཐུ་བ་བདུན་ཆོད་མི་དགོས་མོད། བདུན་ཡོད་ན་རབ་ཡིན། དེ་ཡང་བདུན་ལ་ཀྱུན་རིག་གི་བདུན་དང་། མི་འཁྱུག་པའི་བདུན། འཛིགས་བྱེད་ཀྱི་བདུན། སྤྱོད་མའི་བདུན་སྟགས་ཡོད།

༧. བཅའ་པོ་མ་ཁྱེར་གོང་རིམ་གྱི་ཅི་ཞིག་ཡོད།

བཅའ་པོ་མ་ཁྱེར་གོང་དུ་གཤིན་ཅིས་བྱ་དགོས་ལ་གཤིན་ཅིས་ལས་དུང་སྒོ་གཅོད་པ་སྟགས་རིམ་གྱི་མང་པོ་ཞིག་ཡོད། དེ་དག་བསྐྱབས་ཆར་རྗེས་ད་གཞོན་བཅའ་པོ་འཁྱེར་དགོས་པ་དང་གཤིན་ཅིས་ལས་ཁ་ཕྱོགས་བསྐྱར་པ་ལྷར་ཤར་སྟེ་རྒྱབ་བྱང་གང་རུང་ལ་གོམ་བདུན་ཁྱེར་རྗེས་ད་གཞོན་ཏེ་དང་གཤམ། རྒྱུངས་འཁོར་

སོགས་སུ་བཞག་ནས་འཁྱེར་དགོས།

༤.བེམ་པོ་ཇི་ལྟར་འཁྱེར་དགོས།

བེམ་པོ་སྐུལ་མཐན་གྱིས་ཡར་བཀུགས་ནས་ཁང་བའི་སྒྲུབ་ཁུང་དང་སྒོ་སོགས་གང་ཅུང་ནས་འཁྱེར་དགོས། རྩོན་སྒྲུབ་ཡིན་པས་སྒྲུབ་ཀྱི་ཕྱག་ཏུ་ཁྱེར་བ་ཡིན། བེམ་པོ་ཁྱེར་རྒྱུ་གཤེན་པོ་དང་ལོ་མཐུན་པ་ཞིག་གིས་བེམ་པོའི་ཤལ་ཕྱགས་དགོས་པ་དང་དེའི་ཤལ་དུ་ནས་སྒྲུབ་གང་གཞག་དགོས། བེམ་པོ་འཁྱེར་སྐབས་སུ་ཟླ་རྩ་ལྔ་ཞིག་གི་པོའི་འཁོངས་འོག་ཏུ་བཞག་ནས་དུར་ཁྲོད་ཀྱི་རྟེན་རྩིའི་སྤྱོད་ལ་མ་ཐོན་བར་དུ་ལེན་མི་ཅུང་བ་དང་རྩོད་པའི་སྤྱོད་པར་དེའི་ཡིན་ཡང་ཚོགས། རོ་འཁྱེར་སྐབས་སུ་མགོའི་སྒྲུབ་པ་ལ་བ་ཆུ་སྐོར་གསུམ་དང་། གྲི་མ་སྤེང་གསུམ། སྒྲ་རྩ་སྤེང་གསུམ་བཅས་དབུལ་དགོས། བ་ཆུ་འབུལ་སྐབས་རྩ་རྟེན་ཁྱེར་གཉིས་མཉམ་དུ་འཛིང་དགོས། ད་དུང་རྟེན་ཞོན་ཕྱོགས་ཀྱི་ཡོབ་ཆེན་རྟེན་འཁོངས་མགོ་ལ་མ་དུང་དགོས། གཞན་སྤེང་མདའི་སྤྱོད་ལ་ཁ་བཏགས་ཤིག་བཏགས་ནས་རྟེན་ཁ་གཡལས་ལ་གངགས་དགོས། སྤེང་སྒྲུགས་ལེན་དགོས། དེ་ལྟར་བྱས་ན་ནམ་ཤིས་རྟེན་གམ་དུ་ཡོང་ནས་རྩ་ཞོན་པར་ཚོམ་པ་དང་ཞོན་པའི་སྐབས་ཡོབ་ཆེན་དང་སྤེང་སྒྲུགས་མེད་པས་རྩ་འཁྱེར་རྩིས་བྱེད་ཀྱང་སྤེང་མདའ་གཡལས་ཕྱོགས་སུ་ཡོད་པས་འཁྱེར་མི་ལུས་པར་ད་གཞོང་རང་ཉིད་ཤི་ངོ་འཕྲོད་པེས་ཞེས་བཤད་རྒྱུ་ཡིད། རྩོན་ཆད་རྒྱངས་འཁོར་སོགས་མེད་པས་བེམ་པོ་དེ་གཡག་ལ་བཀལ་བ་ཡིན། འགེལ་སྒྲངས་ནི་བེམ་པོ་གཡག་གི་གཡས་གཡོན་ལ་ས་དང་རྩོ་སོགས་དངོས་པོ་ཅུང་ཆུང་མ་ལྟར་བཞག་པ་ཡིན། དེང་སྐབས་རྒྱངས་འཁོར་སོགས་ཡོད་པས་དེ་ལྟར་བྱ་མི་དགོས་སོ། དུར་ཁྲོད་ལ་མ་ཐོན་གོང་དག་སྤྱོད་ཞིག་གིས་ཀ་གཏོར་^①འཁོངས་ནས་ཕུར་བ་བཤམ་དགོས། དུར་ཁྲོད་ལ་ཐོན་རྒྱུ་ལོ་དར་གཡས་དང་མོ་དར་གཡོན་ལྟར་རྟེན་རྩིའི་སྤྱོད་དུ་ཟླ་རྩ་ལྔ་འཁྱེར་དགོས། དེ་ནས་བེམ་པོ་ལྷུ་བྱེད་ཀྱི་ཐག་པ་སོགས་སྒྲངས་ནས་གཤེན་པོའི་སྐྱ་དང་ལྟན་དུ་མེར་བསྐྱེད་དགོས། བྱ་གཡེང་བྱེད་སྐབས་བེམ་པོའི་སྤྱོད་ལ་ཁ་བཏགས་བརྒྱབ་ནས་ཕུར་བར་འདྲགས་པ་དང་གཏོང་ལ་རྩ་སྐྱ་བཀལ་རྩེ་བྱ་རྟེན་ཀྱིས་ཚོས་རྒྱུ་མགོ་བཤམ་དགོས།

① གཏོར་མའི་རིགས་ཤིག

༡. རོ་རི་རྩེ་བཤའ་དགོས།

གལ་ཏེ་བྱ་མ་བཅས་ན་རང་གི་ལག་འགྲུལ་ནས་བཤའ་དགོས། བཤའ་སྐབས་མཉམ་འཛིག་བྱ་དགོས་
 བ་དག་ནི་ཐོག་མར་བཤའ་དུས་ངེས་པར་དུ་རྒྱབ་ཀྱི་སྒྲིལ་ཆོག་ནས་སྐལ་བ་ནས་ཐུར་དུ་བཤའ་དགོས་ལ།
 རྩོམ་བཤའ་མཁུན་པ་ནས་མར་བཤས་ན་པོའི་ཁྱག་ཙམ་གསལ་ལ་ཁེལ་ན་བཤའ་མཁུན་ལ་སྐྱག་འཛིག་སྒྲིལ་
 བས་སོ། རོ་བཤའ་མཁུན་ལ་ཁྱད་པར་མེད་པར་གཉེ་འབྲེལ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་རེག་ཆོག་ཅིང་། འཛེམ་
 དགོས་པ་ཞིག་ལ་གཤིན་པོ་བཤའ་མཁུན་དེ་ལས་རྒན་པ་ཡིན་ན་ཁི་པོའི་མགོ་ལ་རེག་མི་རུང་། ངེས་པར་
 དུ་རེག་དགོས་ན་གཤིན་པོར་ཕྱག་གསུམ་འཛེམ་ནས་ད་གཟོད་རེག་ཆོག་ མཉམ་འཛིག་དགོས་པ་ཞིག་ནི་
 གཤིན་པོའི་སྒྲིལ་དེ་ཉེ་འབྲེལ་དག་གིས་བརྟུང་མི་རུང་ངོ་། མགོ་བཤའ་སྐབས་ཐོད་པ་ནས་བཤས་ཏེ་
 མགོ་པགས་པར་རྒྱུར་ལ་འཕངས་ནས་ཁྱད་ཞོ་བྱོལ་གྱིས་ཐོས་རྒྱུ་། རུས་པ་ཐམས་ཅད་བརྟུངས་ནས་
 ཁྱད་སྒྲོག་ནང་དུ་བཞག་ཞིང་བྱ་ལ་ཟ་ཅ་འཇུག་དགོས། རུས་པ་ཐ་མོ་རེ་བསྐྱེད་ནས་ཐལ་བར་བཀྲང་རྒྱུ་
 རུས་ཐལ་དེ་མཇལ་སྐོར་ལ་འཁྱེར་སྒྲོལ་ཞིག་ཡོད།

༡༠. གཤིན་པོའི་བྱིས་མེས་གང་དག་ལ་འཛེམ་དགོས།

མི་ཁྱིམ་ཉིན་ཞིང་དགའི་རིང་ལ་ཉེ་འབྲེལ་དང་བྱིས་མི་དག་གིས་ཐྱིག་པ་མི་བྱ་ཞིང་། གཞས་མི་ལེན་
 པ། ཅིང་རིགས་མི་ཅེ་བ། སྒྲིལ་དང་ཁ་སྐྱ་མི་བཞར་བ། མེན་མོ་མི་འདྲ་བ། བྱོན་པ་མི་བུ། ལ་བ་བརྗེ་སྒྲོར་
 མི་བྱེད་པ། བརྟན་འཕྲིན་ལ་མི་བཟླ་བ། སྐྱ་གཞས་ལ་མི་ཉན་པ། སྐྱ་གསར་དུ་མི་གསོ་བ་སྟེ་ལྟན་པ་མི་རྒྱག་
 པ། བྱད་མེད་རྣམས་ཀྱིས་སྐྱ་གསར་དུ་མི་སྟེ་བ། ར་ལ་སྟེ་བ་སོགས་འདུན་བྱ་དགོས་པ་དང་། ཉིན་ཞིང་དགའི་
 རིང་དགེ་བ་རྒྱུང་རྒྱུང་ལ་འབད་དགོས་སོ།

མཇུག་གཏམ།

ཆོན་པ་འདིར་བསྐྱེད་པས་དུས་གོང་དུ་བཤད་པ་མཐའ་དག་རྫོགས་ནས་དེ་ལ་རྫོགས་ཆོག་ཅིག་གི་དོན་
 དུ་སྒྱུ་སྒྲོལ་ཙམ་འབྲི་བ་ཡིན་མོད། དས་གོང་དུ་བྲིས་པ་དག་ནི་མགོ་རྒྱུ་མི་ཤེས་ལ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པ་ཡང་
 མ་ཡིན་པས་སྒྱུ་སྒྲོལ་ཞིག་འབྲི་སྒྲོལ་མེད་དེ་བརྟོན་འགྲུལ་ཅན་དག་གིས་གོང་དུ་བཤད་པ་དག་ལ་ཁ་གསལ་
 དང་ནོར་བཅོས་རེ་བྱ་བུ་བ་ན་སྟིང་ཁོང་ནས་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་ལྟ།

མདོར་ན། གོང་དུ་བཤད་པ་འདི་དག་གྲང་ས་སྤྱོད་ཤིག་གི་ཡུལ་སྒྲོལ་དང་གོམས་གཤིས་ལ་འབྲེལ་

ཡོད་པས་འདིར་རགས་ཙམ་གླེང་མོད། ལེ་ལོས་ཁ་ལོ་བསྐྱར་བའི་ངས་ནི་འདི་ཙམ་ལས་མ་ ལུས་པས་སྒྲོག་
བ་པོ་དག་ལ་དགོངས་འགལ་མེད་པར་བྱ།

བཅར་འདི་བ། ཀེ་ཐོ་སྐྱབས། ཆོ་མེད་རྣམ་རྒྱལ།

བཅར་འདི་བྱེད་ཡུལ། ཡུར་སྐྱབས། ཁོན་ལུས། དར་རྒྱས་བཟང་པོ། དཔལ་མགོན།

བཅར་འདིའི་དུས་ཚོད། 2015.5.23

མདོ་སྨད་ཁོ་ཚོ་ཡུལ་གྱི་འདས་མཆོད་སྐྱབ་སྤངས་རགས་ཙམ་གླེང་བ།

ཁོ་ཚོ་བཀྲ་ཤིས་ཚེ་རིང་། རྒྱ་བྱང་།

[ནང་དོན་གནད་བསྟུན།] བོད་ཀྱི་འདས་མཆོད་ཀྱི་རིག་གནས་ལས་འཕྲོས་ཏེ་ཀན་སྟོ་ཡུལ་བསང་ཆུ་རྫོང་ཁོ་ཚོ་
ཡུལ་ཚོའི་འདས་མཆོད་སྐྱབ་སྤངས་ཀྱི་སྐོར་ལ་ཆ་རྒྱས་ཡོད་པའི་ཤན་པ་ཞིག་ལ་བཅར་འདྲི་བྱས་ཏེ་རགས་ཙམ་
གླེང་ཡོད།

གླེང་གཞི།

སྤྱིར་འཇམ་གླིང་གི་རིག་གནས་ཡོད་དོ་ཅོག་མདོར་བསྟུས་ན་སྤྱི་འཆི་གཉིས་ཀྱི་རིགས་སུ་འདྲུ་ལ། འཆི་
བའི་རིག་གནས་དེ་ལ་ཡང་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་སོ་སོ། ཐ་ན་ཡུལ་ཚོ་རེ་རེ་ལའང་རང་ཉིད་ཀྱི་ཁྱད་
ཆོས་དམིགས་སུ་ཡོད་ལ། བཅའ་པོ་དུར་ལས་བྱེད་སྤངས་དེ་ལ་ཡང་ས་དུར་དང་བྱ་གཡེང་མེ་དུར་ཆུ་དུར་
བཅས་རིགས་ཆེན་པོ་བཞི་ཡོད་པ་ལས་ང་ཚོའི་ཕྱེ་བས་དོན་རྒྱུན་གྱིས་བསང་པ་མ་གཏོགས་མང་ཆེ་བས་བྱ་
གཡེང་བྱེད། དུས་ཀྱི་འཕྲོ་འཕྱར་གྱིས་དབང་གིས་གནའ་བོའི་འདས་མཆོད་བྱེད་སྤངས་དང་དང་སྐབས་
ཀྱི་འདས་མཆོད་བྱེད་སྤངས་གཉིས་ལ་མི་འདྲ་བའི་ཁྱད་པར་ཅུང་ཡོད་པར་སྣང་། དེང་སང་ཉམས་སྦྱང་
གིས་ཕྱག་པའི་ཤན་པ་ལ་ཤས་མ་གཏོགས་གཞོན་སྤྱོད་ཚོའི་ཁྱད་ན་དེའི་ཕྱགས་ཤིས་མ་ཐན་ནི་ཉིན་མོའི་སྐར་
མ་ཙམ་དུ་སྤྲིད་པས། ངས་རང་ས་གནས་ཀྱི་འདས་མཆོད་སྐྱབ་སྤངས་སྐོར་མ་ཉམས་གོང་འཕེལ་དང་ཉམས་
པ་སྐར་གསེ་བྱེད་ཆེད་སྟག་བསམ་ནམ་དག་གིས་ཀུན་ནས་བསྐངས་ཏེ་མཐར་ཕྱིན་ཆེད་ཚུམ་དུ་བདམས་
པ་ཡིན།

དང་པོ། ཐོག་མའི་བརྒྱུད་རིམ།

མི་ཤི་ཁར་ཐོག་མར་མི་དག་པའི་སེམས་དྲག་པོ་མདོན་དུ་མི་འཕྱར་བར་དགོ་སེམས་སྤྱི་བར་བྱས་ན་
བཟང་སྟེ། འཆི་ཁར་གཤིན་པོ་རང་གི་ཤིན་ཏུ་གཅེས་པའི་ནོར་ཇུས་དང་ཉེ་དུ། ཞེ་འགྲས་པའི་དགྲ་པོ་
སྟགས་ཆགས་སྤང་དྲག་པོ་སྤྱི་བའི་ཡུལ་མིག་ལས་དུ་མི་མཐོང་བར་བྱས་ཤིང་། མ་ཉི་དང་སྐབས་འཕྲོ་
བཟང་སྦྱང་སྟགས་འདོན་པར་བྱེད། ཤི་རྗེས་སུ་ཀུ་ཙོ་དང་ཏུ་འཕོད་སྟགས་ཀྱི་སྤྱི་མི་སྟོག་པར་སེམས་རྣལ་

དུ་གནས་པའི་ཐབས་བྱེད་པ་ཤིན་ཏུ་གཤམ་ཆེ་ལ། སློ་བུར་དུ་གཤམ་པོའི་མགོ་སྐྱལ་བ་སྟགས་བྱེད་མི་ཉན་
ཞིང་། དབྱགས་ཀྱི་རྒྱ་བ་འགག་པའི་ཆོ་ཁ་མིག་པཐས་དགོས་པ་དང་དེ་ལྟར་མ་བྱས་ན་ཤི་ཆེས་སྐྱལ་མི་
ཐུབ་པ་དང་། གཞན་ཡང་ཤི་ཁར་རྟེན་གསུམ་གྱི་རིལ་བྱའམ་མ་ཆི་རིལ་བྱ་ལྟར་དགོས། སྤྱིར་དུ་ཆོར་ཆ་
སྟེན་མ་འཛོམས་པའི་སྟེན་གྱིས་མ་གཏོགས་པེམ་པོ་གནས་གང་དུ་འཛོག་སྒྲངས་སྟགས་ཚུལ་ཅི་ལྟ་བུར་ཡོད་
པ་ལྟར་རང་སོར་གཞག་དགོས།

དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་དང་པ་བརྟན་པོ་ཡོད་པའི་སྐབས་འགྲོ་རྒྱུད་ཐུན་གྱི་གང་ཟག་ཅིག་ཡིན་ན་མཆོག་
གསུམ་གྱི་བྱིན་རྒྱལ་གྱིས་རྣམ་ཤེས་ལ་དངངས་སྒྲག་སྟགས་སེལ་བའི་པན་པ་ཡོད་ཟེར། ད་དུང་གཞུང་ལ་
ལར་གཤམ་པོ་དེ་ཉིད་ཆོ་ལས་འདས་ཁར་མགོ་བྱང་དུ་བརྟན་པ་དང་། གཞོགས་གཡས་པ་ས་ལ་ཐབས་སྟེ་
ཐོན་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཐུགས་ཆེ་ཅན་དེ་ཉིད་ཅ་མཆོག་གིང་དུ་བྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་ཚུལ་བརྟན་
པའི་རྣམ་ཐར་བཞིན་སེང་གི་ཉལ་སྐབས་ཀྱིས་པེམ་པོ་བཅོས་ཏེ། ལྷ་གཡས་ནས་འགྲོ་འོང་བྱེད་པའི་རྒྱང་
ནི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱང་དང་། གཡོན་ནས་འགྲོ་འོང་བྱེད་པའི་རྒྱང་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་རྒྱང་ཡིན་པས་རྒྱང་རྣ་
ལྟར་གཡོན་ནས་གཏོང་བྱལ་བ་ཞིག་བྱས་ཤིང་། མདུན་དུ་རང་གང་ལ་མོས་པའི་ཞིང་ཁམས་དང་དེའི་
སྟོན་པའི་སྐུ་འདྲ་བཤམས་པའམ་ཡང་ན་ཡིད་ལ་བསྐྱོམས་ཏེ་སྟོན་ལམ་བཏབས་ན་རྣམ་ཤེས་དེ་དག་པའི་
ཞིང་ངམ་མཐོ་རིས་ཀྱི་གནས་སྤྱོད་ཐུན་གྱི་ལྷས་རྟེན་ཐོབ་ཐུབ་པར་གསུངས། ད་དུང་ཐོན་ཆང་མ་ཆི་
རིལ་བྱ་དེ་ནོར་ལྷག་སྟགས་ཤི་ཁ་དང་གསོད་ཁར་བརྟུང་དུ་འཇུག་ཟེར།

གཉིས་པ། པེམ་པོ་བདག་བྱེད་ཚུལ་དང་འཕྲོ་བ་བྱ་སྒྲངས།

བཅར་འདྲི་བྱེད་སའི་ཆན་པོས་བཤད་ན། མི་ཤི་ནས་ཅུང་ཙམ་གྱི་ཆེས་སུ་པེམ་པོ་རིལ་རིལ་བྱ་དགོས་
ལ། དེ་ལྟར་མ་བྱས་ཆོ་ལས་ལུང་གི་ཤ་དོད་ཉམས་ཏེ་ཡུན་རིང་འགོར་ཆེས་རྒྱང་ལག་མཐོགས་པོར་ཐུར་ཏེ་
བཀྲག་མི་ཐུབ་ཟེར། ས་ཆ་ལ་ལས་ཤི་མ་ཐག་པེམ་པོ་ཅོག་ཅོག་ལུར་འདུག་ཏུ་འཇུག་མོད། དེ་ནི་ཤིན་ཏུ་མི་
ལེགས་ཏེ། «རྒྱན་ཤེས་སློ་སློ་འབྱེད་པའི་ལྗེ་མིག» ཅེས་པར་མི་ཤི་མ་ཐག་ཅོག་ཅོག་ལུར་འདུག་ཏུ་བཅུག་པ་
དེ་ནི་ཤིན་ཏུ་མི་ལེགས་པ་ཞིག་སྟེ་ཤི་མ་ཐག་རོ་ཅོག་ཅོག་ལུར་འདུག་པར་བྱེད་པ་དང་རོ་བཅོས་བྱེད་པ་དེས་
གཤམ་པོར་ཅི་ཡང་མི་པན་པའི་ཁར་གཞོད་པའི་སྟེན་དུ་འགྲོ་ཉེན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས་རྣམ་ཤེས་འཕྲོ་བའི་རྟགས་
རྣ་ནས་ཁྲག་གམ་ཆུ་སེར་མ་ཐོན་པར་དུ་རོ་ལ་འགྲལ་བསྐྱོད་དང་བྱི་གཅུག་ལས་གཞན་པའི་ལྷས་ཀྱི་སྒྲིང་

ཚུགས་སུ་རེག་པ་སོགས་གཏན་ནས་མི་རུང་ཞེས་གསུངས་ཡོད། ས་ཆ་ལ་ཡར་ཤི་རྗེས་སྒྲེ་བགག་པའི་སྒོལ་
ཡོད་མོད། དེ་ནི་སྒོལ་ངན་པ་ཞིག་སྟེ། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་ན། ཕྱི་སྒོག་མ་གཏོགས་ནང་སྒོག་ཆད་ཡོད་མེད་ང་
ཚོས་མི་ཤེས་པས། གལ་ཏེ་ཕྱི་དབུགས་ཆད་མ་ཐག་ཏུ་ད་དུང་ཤི་མེད་པས་སྒྲེ་བསྐྱམས་ན་མི་བསད་པའི་
ཉེས་པ་འབྱུང་བར་གསུངས། རྩོན་ཆད་ལྟལ་འདྲིའི་སྒོལ་ལ་བེམ་པོ་རིལ་རིལ་བྱས་ཏེ་མགོ་ལག་དགུག་
དགོས་ཤིང་། དེ་ནི་གཡག་ལ་ཁལ་འགལ་བར་སྐབས་བདེ་བའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ལ། དེང་སང་རྒྱུངས་འཁོར་
དང་རྒྱུང་གསུམ་གང་རུང་དུ་འབྱེར་འགྲོ་བས་མགོ་ལག་དགུག་དགོས་དོན་མེད་སྟེ། དེ་ལྟར་ཉིན་བདུན་
ལ་བེམ་པོ་གཞག་དགོས་ཤིང་། དེ་ཡང་ནང་སྒོག་ཆད་ཡོད་མེད་ལ་བརྟུག་སྒྱུད་ཡིན་ཟེར། གཞན་གྱིས་
བསད་པ་དང་ཤི་བ་གཉིས་མི་གཅིག་སྟེ། བསད་པ་པལ་ཆེར་ནང་སྒོག་ཆད་ཟེར་པས་ཉིན་དེར་རོ་བཅོས་
བྱེད་སྒོལ་ཡོད། དེ་ལྟར་མི་ཤི་བའི་རྟགས་སུ་སྒྲ་ནས་ཁྲག་དང་ཚུ་མེར་བཞུར་བར་བྱེད། བཅ་རྒྱུན་དུ་བ་
འཐེན་མཐན་ཞིག་ཡིན་ན་དུ་ཁྲ་བཞུར་བ་ཡང་ཡོད་ལ། ད་དུང་ཤི་བའི་རྟགས་སུ་བེམ་པོར་གྲིས་གཤགས་
ཀྱང་ཁྲག་མི་བཞུར་ཟེར། ས་དཀར་རྒྱགས་ཏེ་བེམ་པོ་དེའི་སྟེང་དུ་འཛོག་ལ། འཛོག་སྒྲངས་ལ་ཡང་བྱུང་
བར་ཡོད་དེ། སྐ་གཡས་སར་འཛོག་པ་དང་མོ་གཡོན་སར་འཛོག་ རྒྱངས་འཁོར་དང་གཡག་གང་ཡིན་ཡང་
བེམ་པོ་ཁ་ཕྱིར་འཁོར་ཏེ་འཛོག་དགོས་ལ་གཡག་ལ་ཁལ་དགལ་ན་གཡས་ཚུགས་སུ་དགལ་དགོས། དེ་ལྟར་
མཛོ་དང་གཡག་གང་ལ་བཀལ་ཡང་རོ་གྲིབ་སོག་སྟེ་ལོ་གཅིག་སྟག་ལ་ཤ་ཤེད་མི་རྒྱས་པ་ཡོད།

གཞན་འཕྲོ་བ་ལྷ་སྒྲངས་ལ་གཤིན་པོའི་བེམ་པོ་དེར་སྒྲ་བ་ཞིག་གམ་སྒྲ་མ་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ནམ།
ཡང་ན་རྣལ་འབྱོར་བ་གང་རུང་གིས་ཁྲུས་ཚོག་གམ་འཕྲོ་བ་མ་གནད་བའི་རྩོན་དུ་སྒྲུས་ཀྱང་རེག་མི་རུང་
ལ་མ་བསྐྱལ་བར་རང་སར་གཞག་དགོས། དེ་ལྟར་མ་བྱས་ཆེ་ཐོག་མར་སྒྲུས་ལག་པས་འཆང་ས་དེ་ནས་
གཤིན་པོའི་རྣམ་ཤེས་སྤྱོད་མེད་ཕྱི་ཡོད་པ་ཤིང་། དེ་ཡང་སྟེང་པ་མཐར་ཆད་རེག་ན་ངན་སོང་གི་གནས་
དང་། སྟེང་པ་ཡན་ཆད་རེག་ན་བདེ་འགྲོར་སྟེ་ཟེར་སྒོལ་ཡོད། རྣམ་ཤེས་ཐོན་སའི་སྒོ་ལ་ཡང་དགུ་ཡོད་ལ།
མཆོག་མ་ནས་ཐོན་ན་གཟུགས་མེད་སྟེ་མཆོད་སྟེ་བཞིའི་ལྷ་གནས་སུ་སྟེ་ཞིང་དེ་བཞིན་སྒྲིན་མཚམས་དང་
ཉེ་བ། རྣ་བ། མིག་དང་འོག་སྒོ་སོགས་བཤང་ལམ་ནས་ཕྱིར་ཐོན་པར་བྱེད་ཚུལ་ཡོད། དེའི་ནང་ནས་སྟེ་
གཙུག་ཆངས་པའི་སྒྲུ་གུ་ནི་ཐར་ལམ་གྱི་སྒོ་ཡིན་པས་རྣམ་ཤེས་དེ་ནས་ཐོན་ན་དགལ་བ་མཐའ་སྟོང་གྱི་གནས་
སུ་སྟེ་བར་གསུངས་པས། ས་ཆ་འདྲིར་མཚོན་ན་དེས་པར་དུ་ཁོ་ཆོ་གར་སྒྲར་དགོན་པའི་ཁྱི་བ་གདན་འདྲེན་

ལ། ད་དུང་རང་ལ་རྒྱས་པ་ཡོད་ན་སྒྲ་བྲང་བཟླ་གིས་འབྲིལ་གྱི་ཚོགས་ཆེན་གྱི་བ་ཡང་གདན་འདྲན་ཞུ་
དགོས། སྒྲ་མ་དེ་གཉིས་གང་རུང་ཐེབས་མ་ཐུབ་ཆོག་གིན་པོ་དེ་ལ་དང་བ་དང་ཆོས་འབྲེལ་ཡོད་པའི་སྒྲ་
མ་གང་རུང་ཞིག་གདན་འདྲན་ཞུ་དགོས། སྒྲ་ལ་སྒྲ་མ་སྒྲ་སྒྲེབས་པ་དེ་གིན་པོའི་སྒྲ་མ་གྱི་མེད་
པས། དེ་ལ་སྒྲ་རྟ་དང་ནོར་ལྷག་སོགས་འབུལ་བ་གཙོ་བོ་ཡང་དེ་ལ་དབུལ་དགོས། འབུལ་བར་ངེས་པར་
དུ་ཆང་དགོས་པ་ནི་སྒྲ་རྟ་སྒྲ་བ་གཞུག་དང་བ་ཆུ་སྒྲོར་གསུམ། ར་མར་ཆམ་གསུམ། རྒྱལ་མོ་དང་འབར་ཞུ།
ཤི་བོ་དེའི་ཐོན་པ་ཆ་ཆང་སོགས་མི་ཞིག་ཐག་རིང་ལ་འགྲོ་བའི་མགོ་ཆས་ཆང་མ་དགོས། གྲུ་བ་ལ་སྒྲ་རྟ་
འབུལ་སྒྲུལ་མེད། དེའི་ནོར་དུ་རྟ་ནོར་ལྷག་གསུམ་སོགས་རང་གི་འཕྲོར་བའི་ཆོད་ཀྱིས་འབུལ་བར་བྱེད།
དེ་ལྟར་སྒྲ་མ་དེས་འཁོར་བར་སྐྱེ་བྱེད་ཀྱི་སྒྲོ་དགུ་བོ་དེ་ལ་དམིགས་པས་བཀག་ནས་སྒྲོ་གཅིག་ཆངས་པའི་
སྒྲུ་གུ་བྱེས་ཏེ་གཤིན་པོའི་རྒྱུ་ཤེས་ཐར་བའི་ལམ་དུ་སྐྱོད་པར་བྱེད། རྒྱུར་རབ་ཡིན་ན་དེ་རྟ་བྱའི་སྒྲ་མ་དེ་
ཡང་གཤིན་པོའི་བྱི་དབུགས་ཆད་མ་ཐག་གདན་ཞུ་བྱས་ཏེ་ནང་དབུགས་མ་ཆད་པའི་བར་དེར་འཕོ་བ་ཞུས་
ན་བཟང་ཟེར། གལ་ཏེ་གདན་འདྲན་ཞུ་མ་ཐུབ་ཆོ་བམ་པོའི་མགོ་ཁ་ཐོགས་གང་ལ་ཁེལ་ཡོད་པ་གསལ་
བོར་ཞུས་ཏེ་བྱུང་འཕོ་གནང་རོགས་ཞུ་དགོས།

བཅར་འདྲི་བྱེད་སའི་ཤར་པོས་བཤད་ན་ངས་བེམ་པོ་མང་བོ་བཅོས་སྤྱོད་ཞིང་། བེམ་པོ་ལ་ལར་ཆངས་
པའི་སྒྲུ་གུ་ཉེ་སྒྲུ་གཞུག་ནས་ཐུ་ཡོད་ས་རེ་འགའ་མཐོང་སྤྱོད་ཟེར་བས་དེ་དག་མཁའ་སྤྱོད་ཀྱི་གནས་སུ་སྐྱེ་
བར་གདོན་མི་ཟེའོ། དེ་ལྟར་མི་ཤི་དུས་སྒྲ་མ་གྱི་སྒྲ་མ་ཞེས་པའི་འཕོ་བ་འདེབས་མཁན་ཞིག་དགོས་པ་
ལ་རྒྱ་མཚན་ཡང་མེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། «རྒྱན་ཤེས་སྒྲོ་སྒྲོ་འབྱེད་པའི་ལྗེ་མིག» ལས། དེ་ལྟར་བྱེད་པའི་རྒྱ་
མཚན་ཡོད་དེ། དེ་ནི་ཆོ་འདས་ཀྱི་རྒྱུ་ཤེས་ལ་གསལ་བཏབ་ནས་འཕོ་བའི་དམིགས་རིམ་སྒྲོ་དུ་བཅུག་
ཏེ་མན་དག་ཁྱད་པར་ཅན་འདི་ལ་བརྟེན་ནས་མགོན་པོ་འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་སུ་འཕོ་བར་བྱེད་
པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཡིན་ནོ་ཞེས་གསུངས་སོ།

གསུམ་པ། མཚོང་ཐེབས་སོགས་ཀྱི་སྒྲོར།

རྩ་སྒྲོར་གང་ཞིག་གི་མི་ཞིག་ཤི་བའི་ཆོ་རྩ་སྒྲོར་དེ་ལ་ལས་འགན་ཡོད་དེ། རྩ་དཔོན་གྱིས་མངག་བཀོད་
ལྟར་ཉེན་བདུན་གྱི་རིང་མ་མཚོང་རྒྱམས་ལ་ར་མ་རེས་མོས་སུ་འཁོར་བ་དང་། རྩ་སྒྲོར་པ་མ་ཆེར་གྱིས་ཁྱིམ་
རེར་མར་རྒྱ་མ་གཉིས་ཅོམ་དང་འོ་མ་རྒྱ་མ་གཉིས་ལྷག་ སྒྲོར་ཐུ་བཅུ་རེ་བཅས་ཁྱིམ་ཆང་དེ་ལ་ངེས་པར་

དུ་སྤྱོད་སྒྲིལ་ཡོད། ད་དུང་སྐར་མ་བྱེད་མཐའ་ཀྱི་མི་འགའ་དང་གཤམ་ཅིས་བྱེད་དུ་འགྲོ་མཐའ་ཀྱི་མི་ཞིག་
བཀོད་སྤྱོད་བྱེད་སྒྲིལ་ཡོད། བསྐྱེད་པོ་ཞིག་གི་ན། དེའི་སྐར་མར་སྤྱོད་ཆད་འགྲོ་མ་སྤྱོད་བའི་ན་གཞོན་དག་
སོང་ན་ཆོ་ཐག་རིང་བས་བཟང་ཟེར།

དེ་ལྟར་དགོན་པ་ལའང་ལས་འགན་ཡོད་དེ། བྱིས་ཚང་རང་ལ་གྲུ་བ་ཡོད་ན་དེ་ལེབས་ན་ཆོག་ལ། གྲུ་
བ་མེད་ཆོ་དགོན་པར་ཁྱུས་ན། དགོན་པས་ངེས་པར་དུ་དགེ་སྤྱོད་བཞི་ལྟེ་ཞིག་མངགས་སྒྲིལ་ཡོད། ལམ་རིམ་
གསུང་མཐའ་གཅིག་གཉིས་ཤིག་དང་ཁྱུས་ཆོག་གསུང་མཐའ་བཞི་དགོས། ད་དུང་རབ་ཡིན་ན་ལྷགས་
རིམ་འདྲོན་མཐའ་དགོས། ཨ་མཚན་དག་གིས་ཉིན་དང་པོ་ནས་བཟུང་སྟེ་ཉིན་བདུན་གྱི་པར་དུ་ཆ་གསུར་
དང་སྐབས་འགྲོ་སྐར་བཤགས། ལྷ་མཚན་སྟོན་ལམ་སྟོན་ཆོགས། ལྷན་ལྷ། ལྷང་ཐང་མཁུར་མ། མདོ་གདུགས་
སྟོན་གསུམ། གཡང་འབོད། བསྟོ་སྟོན་སྟགས་འདྲོན་པར་བྱེད། གཤམ་སྐར་གྱི་ཉིན་དེར་དམིགས་བསམ་ལ་
གྱིས་གཙོ་དེ་ལྟེ་བདག་འཇུག་འདྲོན་ལ། དེ་ལྟར་ཉིན་བདུན་གྱི་རིང་བྱིས་ཚང་གིས་རེ་བ་ལྟར་གཙོ་དེ་ལྟེ་
བདག་འཇུག་དང་བདེ་མཚོག་བདག་འཇུག་སྟགས་གང་ཅུང་རེ་འདྲོན།

འདས་ཁར་ཁྱུས་ཆོག་བསྐར་བ་དེ་ཅི་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ལ་དགོས་པ་ཡོད་དེ། ཤི་དུས་ཆོ་ལས་འདས་པའི་
མཐོ་རིམ་དང་ཐར་བ་ལ་བར་དུ་གཙོ་དེ་ཅིང་གཤམ་པོ་དེ་ཉིད་ཀྱི་ཆ་བྱང་བཟུས་ནས་འཇིག་རྟེན་པ་ན་མས་
ལ་བསྐྱེད་པའི་འབྲུང་པོ་མི་མ་ཡིན་དག་བགར་བའི་ཆེད་དང་གཤམ་པོ་དེ་ཉིད་ཀྱི་སྤྱོད་པ་དང་སྤྱོད་པ་ཐམས་
ཅད་སྤྱངས་པ་དུག་གི་སྟོན་སྤྱངས་ཏེ་བདེ་འགྲོ་ལམ་བཟང་སྟེག་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ཟེར། ད་དུང་ལོ་རེ་
བཞིན་རྒྱུ་ཆད་མེད་པར་བྱིས་ཚང་དེས་རང་གི་གཤམ་པོ་དག་གི་ཨ་མཚན་ལ་ལོ་སར་གྱི་ལོ་སྐལ་ཏེ་ལྷན་
དང་གོ་རེ་དང་སེལ་ཏྲོག་སྟགས་སྟེར།

མཚན་ཐེབས་སྟེར་སྟངས་ནི། སྤྱོད་ཆད་ཁོ་ཆོ་སྟེ་བའི་མི་ཞིག་གི་ཆོ་ཆང་མས་མར་རྒྱོད་གང་རེ་སྟེར་
མོད། དེང་སང་རང་གི་སྟགས་པོ་དང་ཉེ་འབྲེལ་མ་གཏོགས་ཆང་མར་འགྲོ་བར་མི་བྱེད་ལ་ད་དུང་མཚན་
ཐེབས་ཀྱི་ཆད་དུ་སྐོར་མོ་སྟགས་རྩས་ཆོད་ཀྱིས་སྟེར་གྱིན་གང་ལ། མཚན་ཐེབས་སྟེར་མཐའ་དག་གིས་ངེས་
པར་དུ་བྱིས་ཚང་དེའི་ཆ་གསུར་ཁ་སྟོན་དང་ཡང་ན་ལྷག་པ་དཀར་ཡོལ་གང་བདུང་དགོས་ཟེར་ལ། དེ་ནི་
གཤམ་པོ་དེ་ལ་བཅི་བཀུར་བྱེད་པ་ཡིན་ཟེར་སྒྲིལ་ཡོད། ད་དུང་སྤྱོད་ཆད་སྒྲིལ་བཟང་པོ་ཞིག་ལ་གཞན་
གྱིས་བྱིན་པའི་མཚན་ཐེབས་ཀྱི་རྒྱུ་ཅུང་མ་ཞིག་བྱིས་ཤིང་བྱིར་རྒྱུད་བཟང་པོ་བཞིག་གིས་

དགྲིས་ནས་སྤྱོད་ཆིང་། བ་ན་བྱིམ་ཚང་གང་ཞིག་ལ་སྤྱོད་སྟགས་གཡམ་ན་བྱིར་སྤྱོད་བ་མི་སྤྱོད་པར་བལ་
འདྲོགས་པའམ་ཡང་ན་ཀ་ར་དང་གོ་རེ་སྟགས་བཞག་ནས་སྤྱོད་སྟེལ་ཡོད་ཟེ།

བཞི་བ། གཤིན་སྐར་མ་བྱས་སྤྱོད་བྱི་བྱི་གྲོག་དང་བེམ་པོ་འབྱེར་ཚུལ།

གཤིན་སྐར་མ་བྱས་སྤྱོད་བྱི་བྱི་དྲོར་ས་དབྱུང་ཤེས་པའི་པའི་ཟླ་བ་ཞིག་བྲིད་དེ་ས་དེའི་ས་བདག་དང་
གནས་དེའི་གནས་བདག་ལ་ས་སྤྱོད་པར་བྱེད། བེམ་པོ་བཙོས་སར་བལ་གཏེར་ཞིག་བཞག་ དེའི་སྤྱོད་དུ་
ཏེན་རྩོ་བསྐྱུག་དགོས་ཤིང་། སོ་གཡམས་དང་མོ་གཡམ་སར་འཛོག་ བེམ་པོ་འབྱེར་དུས་སྐྱེ་ཐག་ཅིག་འབྱེར་
མོད་དེ་ས་སྤྱོད་དུ་འགྲོ་དུས་བྱིས་འཐེན་དགོས་སྐྱེ་ཞེས་བཅར་འདྲི་བྱེད་སའི་ཆན་པོས་བཤད། སྐར་
མ་བྱས་ཚར་ཆེས་བེམ་པོ་བྱས་ཟེ་མེན་ལ་བཞུ་དགོས་པས་སྐར་མ་བ་རྒྱམས་ལ་རྩོ་སྟེད་དུ་གྲོ་ལ་སྟགས་
གྲོ་སྐྱུག་བྱ་དགོས། དེང་སྐབས་ནམ་མ་ལང་སྤྱོད་བེམ་པོ་དུར་ཁོད་དུ་འབྱེར་མོད། དགོང་མར་འགྲོ་དགོས་
པའི་ངེས་པ་མེད་པ་རྩེ་འཇམ་དབྱུངས་སྐྱེ་མཚོའི་མ་ཡུམ་སྐྱེ་གཤེགས་དུས་གསུངས་སྤྱོད་ཟེ། ཟླ་བ་ཞིག་
ཡིན་ན་ཟླ་ཚང་གིས་བྱུར་ནས་འགྲོ་ལ། ཟླ་གྲོང་གང་ཡིན་ཡང་ཤི་མ་ཐག་བེམ་པོ་འཛོག་སའི་གནས་དེ་
ནས་དུར་སར་འཛོག་པའི་བར་དུ་ས་གནས་སྐལ་མི་ཉན་ལ་ལམ་བར་དུ་སར་འཛོག་མི་ཆོག་ ས་གང་དུ་
བཞག་ན་ས་དེར་དུར་ས་ཆགས་འགྲོ་ཟེ། ལམ་བར་དུ་མཛོ་གཡམས་ཉལ་དུ་མི་འཇུག་ལ་ལམ་ཐག་ཏེ་ཅང་
རིང་ན་མཛོ་གཡམས་གཉིས་གསུམ་རེ་བྲིད་དགོས། སྤྱོད་ཆད་བགེས་པའི་བེམ་པོ་འབྱེར་དུས་དེར་འཛོམས་
པའི་ཉེ་འབྲེལ་རྒྱམས་ཀྱིས་སྤྱོད་སྐྱེ་བྱས་ཏེ་སྤྱོད་པར་འགྲོ་ལ། དེང་སང་ཆན་གཞོན་ལ་བྱུང་མེད་པར་སྤྱོད་
སྐྱེ་བྱེད་ཟེ། གཞན་གྱིས་བསད་པའམ་འཕྲུལ་རྟ་སྟགས་ཀྱིས་བསད་པའི་བེམ་པོ་བྱིམ་དུ་མི་འབྱེར་པར་
ཐད་ཀར་དུར་ལས་བྱེད་ལ། བེམ་པོ་ཡུལ་ལ་བྱེར་ན་བྱིམ་ཚང་དེར་གཞོད་པས་མི་བཟང་ཟེ། དེ་ལྟར་ཉེན་
བདུན་གྱི་རིང་ལ་བྱིམ་མི་དང་གཉེན་ཉེ། ཅུ་ཇེ་བ་སྟགས་ཀྱིས་མ་ཁེ་སྟགས་འདོན་ལ། ཉི་མ་རེ་རེའི་ས་སྤོང་
ཅམ་དུ་བྱིམ་མི་དང་གཉེན་ཉེ། ཅུ་སྐོར་གྱི་ཆན་པོ་སྟགས་འདུས་ནས་ཨ་མཚོད་རྒྱམས་ཀྱིས་འཇམ་པའི་
དབྱངས་བསྐྱར་པའི་སྤྱོད་མེས་མཛོད་པའི་མ་ཁེ་བསྐྱལ་བའི་དབྱངས་སྐྱར་པའི་སྤྱོད་ནས་གདངས་དང་བཅས་
མ་ཁེ་བསྐྱལ་ལ། བྱིམ་པ་རྒྱམས་ཀྱིས་ཀྱང་དེའི་ཆེས་སྤྱེ་འབྲང་ནས་མ་ཁེ་དབྱངས་སྤྱེ་བྱེད་ཏེ་འདོན། ད་
དུང་ལོ་ལོན་རྒྱམས་རེས་སྤྱེ་འཁོར་ནས་སྤྱོད་གནས་མང་པོ་འཛོན་པར་བྱེད།

ཐུག་གཤིན་སྐར་ཇི་ལྟར་བྱེད་ཚུལ་དང་བྱས་ཚར་ཇེས་ཀྱི་བཀྲི་བ།

སྐར་མ་བྱེད་ཚུལ་ནི་ཐོག་མར་བཅའ་པོ་ཉེན་དོའི་སྤྱོད་དུ་བཞག་སྟེ་ཐུག་བརྒྱུས་ཀྱིས་སྤོན་ལམ་གསུངས་མ་
 ཚར་བར་དུ་གཞག་དགོས། དེའི་ཇེས་སུ་ཁ་བྱུབས་སུ་བཞག་སྟེ་སྒྲུལ་གཞུང་དུ་གྲིས་གཤེགས་ནས་མ་ཁ་
 ཉོལ་བར་བྱེད་ཅིང་། དེ་ཇེས་མགོ་བཅད་ནས་ཡར་བཞག་སྟེ་མྱོད་ལ་ཟ་ཏེ་འཇུག་ཟེར། ཁ་ཡར་འཁོར་ནས་
 གིས་རྒྱག་མི་ཉན་ཞིང་། གལ་ཏེ་ཚའི་སྤྱོད་དུ་བརྒྱབ་ནས་མ་ཚད་ཆོ་ལ་དོ་དང་རྐང་ལག་འགྲུལ་བར་བྱེད་
 པས་སྒྲུག་ནས་བཤའ་མི་བྱུང་ཟེར། སྤོན་ཆད་མགོ་བོའི་སྤོན་དུ་ཕྱར་བ་ཞིག་བརྒྱབས་ནས་མགོ་དེར་འདྲེགས་
 གྲོལ་ཡོད་ལ། དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི་དུར་ཁྲོད་སལ་ཆེ་བ་དོ་ལེབ་སྤྱོད་ཡོད་ལ། དེ་ལ་དགྲིལ་འཁོར་ཞེས་འདོད་
 གྲོལ་ཡོད། དུར་ཁྲོད་མང་ཆེ་བའི་དགྲིལ་འཁོར་མགོར་དོ་རྒྱགས་བསྐངས་ཡོད་པ་དང་། དེ་ཡོད་ན་བཅའ་
 པོའི་རྒྱབ་མཐུད་ལ་ཁྲམ་བརྒྱབ་དེའི་མཚམས་ནས་སྟེ་རྒྱ་ཐག་གིས་དེ་ལ་འདྲེགས་པར་བྱེད་པས། དེ་ནི་བྱ་
 མྱོང་གིས་བཅའ་པོ་ཡར་འཐེན་ཚུར་འཐེན་བྱེད་སྐབས་ཕུང་བོ་དགྲིལ་འཁོར་ལས་ཕྱིར་མི་འདུད་པའི་ཆེད་
 ཡིན། དེར་སང་ཤ་དང་ཕྱས་པ་སོ་སོར་བྱས་ཇེས་ཕྱས་པའི་སྤྱོད་དུ་ཚམ་པ་བཏབས་ནས་བརྒྱངས་ཏེ་ཟ་ཏེ་
 འཇུག་པས་ཕྱར་བ་དགོས་དོན་མེད་ཟེར། བཅའ་པོའི་ཐོད་ཕྱས་ལེན་མི་ལེན་གཉིས་ཀ་ཡོད། གལ་སྲིད་ཐོད་
 པ་དེ་ཇེས་འཇུག་གམ་སྒྲ་མ། རྣལ་འབྱོར་བ་སོགས་ལ་དགོས་མཐོ་ཡོད་ན་ས་འོག་དང་ཏྲ་ལྷས་སུ་སྒྲས་ཏེ་
 ཐོག་གི་ཤ་དག་ཕྱུལ་བར་བྱས་ཏེ་ཉར། ཇེས་སུ་གསེར་དུལ་སོགས་ཀྱིས་ཤན་སྟེ་བདག་འཇུག་སོགས་ཀྱི་
 སྐབས་གསང་ཇེས་ཀྱི་ཞོ་ལྷག་སར་བྱེད། དེ་ལྟར་གཤིན་སྐར་བྱས་ཚར་ཇེས་ཐོད་ཕྱས་ཀྱི་ཕྱས་པ་བྱུང་ཅམ་
 བསྟེགས་ཤིང་། ཨ་མཚན་ལ་དེར་ཕྱས་ཆོག་འདོན་དུ་གཞུག་དགོས། དེ་ཇེས་ཐོད་ཕྱས་བརྒྱངས་ཏེ་འོ་མའི་
 བད་དུ་དཔྱགས་ནས་སྒྲ་དཔར་པའི་སྤྱོད་དུ་རྒྱག་དགོས། སྤོན་ཆད་སྒྲ་འཛོག་སའི་གནས་ལ་གཏན་འཁེལ་
 མེད་མོད། དེར་སང་ཇེ་འཇམ་དབྱངས་རྒྱ་མཚོས་ཆོ་ལའི་སྒྲ་འབྱམ་དུ་བཞག་ན་བཟང་ཚུལ་གསུངས་པས་
 ཚད་མས་དེར་འཛོག་གིན་ཡོད་ལ། གལ་ཏེ་བཅའ་པོ་བྱས་མ་ཐོས་ཆོ་ཚུར་འདེབས་པ་དང་ས་འོག་ཏྲ་སྒྲས་
 གྲོལ་ཡོད། ཡང་ན་ས་གཙང་ས་ཞིག་ལ་འདོར་བར་བྱེད།

གཤིན་སྐར་བ་དག་ཕྱིར་སྟེབས་ཇེས་ལུས་ཀྱི་ཐུབ་སེལ་ཕྱིར་སེལ་གདོན་དགོས་པས། རྣལ་འདུག་རྣམས་
 ཀྱིས་རྒྱ་དཀར་དང་རྒྱ་ཀློག་གཉིས་དར་དུ་བརྒྱག་ཅིང་། རྒྱ་ཀློག་སྤྱོད་དུ་སྟེབ་རྒྱུ་མཚན་རྒྱ་ཀློག་སྟེགས་ཡོད་པ་
 དེ་རྒྱགས་ཏེ་རི་རྒྱང་གིས་རྒྱ་གཏོར་བཞེན་བྱིས་ཆད་དེའི་ཁང་བ་སོ་སོ་དང་སྐར་མ་བར་སྐངས་པ་རྒྱག་ཏེ་

འཇུག དེའི་ཆེས་དོ་དཀར་གྱི་སྤྱིང་དུ་ཉིན་ཚུའམ་ཚུ་དཀར་གྲགས་ཏེ་སྤྱིན་དཀར་གྱིས་ཚུ་གཏོར་བཞིན་
 རྩར་བཞིན་བྱེད། དུས་དེར་བམེ་རག་གི་རྟ་ཞེས་ཤིང་ཐུར་གསུམ་མན་ཚུན་བསྐྱོལ་ཏེ་གྱིན་དུ་བསྐྱངས་ཤིང་
 སྤྱིང་དུ་རེ་ཞིག་གི་སྤྱིར་ཐིག་ཁྲ་བཏགས་ཤིང་ཐིག་ཁྲའི་སྤྱི་མོར་གཅེར་བའི་^①ཐུར་བྱ་རྩར་གསུམ་མ་ཞིག་འདྲོགས་
 པར་བྱེད་ལ། དེ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་སོགས་གསལ་བོར་མི་ཤེས། དེ་ཆེས་སེལ་གྱི་ཚོ་ག་རྒྱུ་བྱེད་གྱི་དངོས་
 བོ་ཚང་མ་བྱིས་ཚང་དེ་དང་ཁ་ཐག་རིང་སར་འཕེན། ད་དུང་རྒྱར་མ་བྱེད་པའི་ཉིན་དེར་སྤྱི་བའི་བྱུང་མེད་
 རྣམས་གྱིས་རྒྱར་ལམ་ཕྱགས་ཅིང་། རྒྱོབ་མ་དང་རྒྱར་བ་བྱེད་མཁན་རྣམས་ལ་ཀ་ར་དང་རྒྱར་མོ་སོགས་
 གྱིས་སྤྱིན་པ་གཏོར་བ་སོགས་བྱེད་ལ། ད་དུང་སྤྱི་དཔར་མཁན་དང་གཤིན་རྒྱར་བ་བཅས་སོགས་བྱེད་མཁན་
 ཚང་མར་ཐས་གྱི་མགྲོན་རྒྱ་ཆེན་པོ་བྱེད།

དུག་པ། གཤིན་ཚོས་རྒྱུ་བ་ཚུལ།

གཞན་གྱིས་བྱིན་པའི་རྒྱར་མོ་དག་གིས་གཤིན་པོར་ཚོས་བཅོལ་ཞིང་། བྱིས་ཚང་གི་འགྱོར་བའི་ཆེ་
 རུང་རྩར་དགོན་པར་མང་ཇ་རྒྱལ་བ་སོགས་ཅི་རིགས་བྱེད། གཞན་ཚོ་ལས་འདས་ཆེས་མ་མཐའ་ཡང་ཉིན་
 ཞེ་དགའི་རིང་ལ་ཚ་གསུར་ལུལ་བ་དང་མཚོད་མེ་སྤྱིན་པ་སོགས་བྱེད། དེ་ལ་ཡང་ཕན་བ་ཡོད་དེ། པར་དོ་
 བྱི་རྩི་བ་བའི་རིགས་ཡིན་པས་ཚ་གསུར་ལུལ་ན་དེའི་རྩི་ཡིས་ཤིན་དུ་ཕན། མདོ་དང་རྒྱུད་ལས་སྤྱིར་བཏང་
 སྤྱི་འགོ་སྤྱི་ཞིག་པར་དོའི་ཆོ་ཚད་ཞག་བདུན་ཡིན་ལ། དེ་ནས་སྤྱི་བ་མ་ལོན་ཆོ་འཆི་རུང་རེ་བྱས་ཏེ་པར་
 དོའི་ལུས་གྲུབ་ལ་རིང་མཐའ་ཡང་བདུན་བདུན་བཞི་བརྒྱ་ཞེ་དགའ་ལས་མི་སྤྱོད་པས་དེའི་རིང་ལ་དགོ་བ་རྒྱུ་བ་
 ན་རྩོལས་ཤིན་དུ་ཆེ་བར་གསུངས། ཞེ་དགའི་རིང་ལ་སྤྱིར་བོར་སྤྱིན་པ་གཏོར་བ་དང་ཁ་འདོན་དགོ་སྤྱིར་
 ལ་འབད་དེ་མཚོག་གསུམ་ལ་བསྐྱེན་བཀྱར་བྱེད། ཞེ་དགའ་འགོར་བའི་ཉིན་མོར་དམིགས་བསལ་གྱི་དགོན་
 པ་གལ་ཆེ་བ་དང་འདུས་ཚོགས་མང་སར་བསྐྱེན་བཀྱར་དང་སྤྱི་འགྲེད་སོགས་མཚོད་འབུལ་རྒྱས་ཅན་བྱ་
 དགོས་ལ། ལོ་རེ་རེ་བཞིན་གཤིན་པོའི་འདས་ཉིན་ལ་དུས་རན་གྱི་ཉིན་ཞེས་ལོ་མཚོད་འབུལ་སྤོལ་ཡོད་པས།
 དེ་ནི་རྣམ་དཀར་དགོ་བས་མཐུས་འདས་པོ་སྤྱི་བ་བཟང་པོ་ཞིག་སྤྱིར་བེན་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་དགོན་
 པར་སྤྱི་འགྲེད་དང་མཚོད་འབུལ་སྤྱིན་པ་གཏོར་བ་སོགས་དགོ་བ་རྒྱུ་བ་པར་བྱེད།

① མདོག་ནག་ལ་སྤྱིང་ཚོར་མས་གང་པའི་ཤིང་སྤྱིང་རིགས་ཤིག་གི་མིང་།

ད་དུང་སྐྱེ་འབྱོར་ཡོད་མེད་གང་ཡིན་ཡང་ཟླ་བ་དང་བཀྲ་ཤིས་འབྱེལ་གྱི་ཐུ་བ་སྟོང་ཕྱག་གསུམ་དང་ཟླ་
མ་ཡོངས་ལ་འབྲེལ་གཞག་དགོས། བཅའ་པོ་འདོན་པའི་ཆོས་ཆ་ཇི་ལྟགས་དང་། སྐར་རྩེས་འབྲུག་ལ་འཛུལ་
ཆའི་སྐར་ཉེས་མི་འབྱུང་བའི་ཆེད་གཏོ་བཅོས་བྱེད་ལ། གཤིན་པོ་དེའི་རྣམ་ཤིས་ལ་འཇིགས་སྒྲག་དང་ལུལ་
བྱི་གསོན་པོར་བགོགས་བར་ཆད་མེད་པ་སོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་འདས་པའི་པོ་ལོ་རིས་དང་། འཆི་དུས་ཀྱི་གཟུང་
ཆོས་དུས་ཆོད་མུ་བྱི་བཅས་ཀྱི་ཤོག་ལྗེ་ལ་གསལ་ཞིག་དང་མཇལ་དར་གཅིག་སྐྱུ་ཡོན་དཔལ་བཅས་ཆེས་
པའི་སར་དཔལ་དགོས། གལ་ཏེ་འདས་པོ་དེ་གང་ཟག་པས་བ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་འདས་པོ་དེ་ཉིད་མཉམ་
བཞག་གི་ཐུགས་དམ་ལ་བཞུགས་ཡོད་ན་བྱི་རྟགས་སུ་ནམ་མཁའ་གཡའ་དག་པ་དང་། བྱང་རྟགས་སུ་
ཕྱང་པོ་བཀྲག་མདངས་ལུག་རིང་མི་ཡལ་ཞིང་ཕྱང་པོར་དྲི་སོགས་མི་འབྱུང་བས་དེ་རིགས་ལ་ལམ་སང་
ཐུགས་དམ་དགོག་ན་ཐྱིག་པ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བས། ཐུགས་དམ་མ་གྲོལ་བར་རམ། མ་མཐར་ཡང་ཉིན་གཉིས་
གསུམ་རིང་སྐྱེ་ཕྱང་མ་སྐྱལ་བར་རང་མལ་དུ་གཞག་དགོས། དེ་འདྲའི་ཐུགས་དམ་ལ་བཞུགས་པའི་རིགས་
ཀྱི་བཅའ་པོ་བྱིར་འདོན་ཀྱི་ཆོས་ཆ་ནི། ཐུགས་དམ་གྲོལ་མཆོམས་ཀྱི་དུས་ཆོད་དང་། གཟུང་ཆོས། འདས་པོའི་
ལོ་རིས། ལ་བཏགས་དང་སྐྱུ་ཡོན་བཅས་ལུལ་ཏེ། ཐུགས་དམ་གྲོལ་མཆོམས་ཀྱི་ཆོས་འབྲས་གཞིར་བབྱང་སྐྱེ་
ཕྱང་བྱིར་འདོན་བྱ་དགོས་པ་ལས། ཐུགས་དམ་ལ་བཞུགས་བཞིན་པའི་སྐབས་ཀྱི་ཆོས་འབྲས་ཀྱིས་པན་མི་
ཐོགས་པས། གཤིན་པོར་ཞེ་ཆོས་ཤིག་ངས་པར་དུ་བྱེད་ཅིང་རིམ་གྱོ་སོགས་ཆད་ལྷག་མེད་པར་བསྐྱབས།
ཁྱིམ་མི་དག་གིས་ཀྱང་མ་ཉིད་རྒྱུ་བྱེད་དེ་དེ་སྐོར་བྱེད། དེ་ནི་གཤིན་པོ་དེས་སྐྱེ་བ་བཟང་པོ་ཞིག་ལོན་པའི་ཆེད་དུ་
ཡིན།

བདུན་པ། འདུན་བྱེད་སྒྲངས།

རང་གི་ཨ་ཁུ་དང་སྐུན་མཆོད་སོགས་ཤི་ན་ལོ་གཅིག་ལ་སྐར་རྩེས་ཐོན་ནས་མཉུན་པ་བྱག་པར་བྱེད་
ལ། པོ་དེར་ལོ་སར་ཡང་མི་བྱེད་ཅིང་ཤ་ཉེ་འབྲེལ་རྣམས་ཀྱིས་ལོ་སྐལ་སོགས་སྐྱེལ་བར་བྱེད། དེར་སྐབས་ན་
རྒྱང་ཆོའི་ཁོད་དུ་སྐར་རྩེས་རྩེས་སུ་མི་དབྱངས་མཁན་མང་ལ། ཐོན་ཆད་དེ་རྩ་བུ་ཞིག་ཡོད་ཆེ་བྱིས་ཆང་
དེའི་མི་ཞིག་ཤི་སོང་ངས་སྐྱེས། ད་དུང་ཞེ་དགའི་རིང་ཐྱིག་པར་འཛོམ་པ་དང་ཆེད་མོ་ཆེད་སར་མི་འགོ་
བ། རང་གིས་ཀྱང་སྐྱུ་ལེན་གར་ཆེད་མི་བྱེད་པ་དང་ལ་འདོན་དགེ་སྦྱོར་ལ་འབད། ཐོན་ཆད་བྱང་མེད་
དག་གིས་ཞེ་དགའི་རིང་ལ་མགོ་མི་བསྐྱེལ་བ་དང་སྐྱེས་པ་དག་གིས་སྐྱེ་མི་བཀྲ་བའི་སྐལ་ཡོད། ད་དུང་ཕྱོག་

པ་དང་རྒྱན་ཆ་སོགས་ཀྱང་གལ་དག་མི་གྱིན། བཤད་ཚུལ་དུ། དེ་ལྟར་མ་བྱས་ན་རང་གི་བསོད་ནམས་ལ་
གཞོད་ཟེར། བྱིས་པ་ལོ་གཅིག་མ་ལོན་པ་ཞིག་གི་ན་མ་མཚོད་དང་ས་གནས་མི་དགོས་ལ་འདུན་ཀྱང་མི་
བྱེད་ཟེར།

མཚུག་གཏམ།

འདས་མཚོད་ཀྱི་ཆོག་ཞིབ་མོ་ཞིག་ང་ལ་ཕྱི་ཕྱངས་སྟོབས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་ཤེས་རབ་
དམན་པ་ཞིག་གིས་བྱི་རྒྱ་ནི་སྒོ་ང་བྲག་ལ་བརྟུབ་པའི་དཔེ་ཉིད་ལས་མ་འདས་པས་འག་པོ་ཞིག་ཡིན་པ་སྟོན་
མ་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་བས་བྱིས་ནོར་བྱས་པ་དང་མ་འདངས་ས་གང་མང་ཞིག་ཡོད་པས་ཡུལ་མི་གཅིག་
པའི་སྤྱན་རྒྱ་ནམ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་སྟོག་པ་པོ་ཡོངས་ལ་དགོངས་འགལ་མེད་པར་བྱའོ།

བཅར་འདྲི་བྱེད་མ་ལན། བཟ་ཤིས་ཆེ་རིང་།

བཅར་འདྲི་བྱེད་ས། ཁོ་ཆོ་ཅ་མང་ཟླ་བའི་ནན་འཇིགས་ར།

བཅར་འདྲིའི་ས་གནས། བཅན་པོའི་ཉིན།

བཅར་འདྲིའི་དུས་ཚོད། 2015.6.7

བཅར་འདྲིའི་ཐབས་ལམ། ང་བཅར་བཅར་འདྲི།

ཁམས་སྐྱོ་བྱག་ཡུལ་གྱི་བཅ་པོ་གཙང་ཐབས་དང་ཆོ་ག་སྒྲུབ་སྒྲངས་སྐོར་རགས་ཙམ་སྒྲིང་བ།

ཁྱིམ་གྱི་ཐོག་ཚོས་དབྱིངས་ཀྱི་མཚོ། ཡུལ་ཤུལ།

སྒྲིང་གཞི་དང་འབྲེལ་བའི་ནང་དོན་གནད་བསྟུས།

སྐྱིམ་འཛིན་སྒྲིང་གི་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་གང་ཡིན་རུང་རང་རང་ལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་སྐོར་གྱི་ཐོག་གཤིས་རེ་ཡོད་མིད། ལྷག་པར་དུ་གཤིན་པོ་གཙང་བའི་ཐབས་དང་དེར་ཆོ་ག་སྒྲུབ་སྒྲངས་སྐོར་ནས་དམིགས་བསལ་འབྱུང་ཐོན་གྱི་ལག་ལེན་གལ་ཆེན་རེའང་ཡོད་ངེས། ཡིན་ནའང་ངས་འདི་ནས་བཤད་རྒྱ་གཙོ་བོ་བོད་ཀྱི་འདས་མཆོད་དེ་མདོ་དབྱས་ཁམས་གསུམ་གྱི་ཡ་གུལ་ཁམས་ཡུལ་ཤུལ་སྐྱོ་བྱག་ཕྱོགས་ནས་འདས་མཆོད་སྒྲུབ་སྒྲངས་སྐོར་རེད། འདིའི་ནང་དོན་ཡང་ཐོག་མར་མི་ཞིག་ཆོ་འཕྲོས་སྐབས་བཅའ་བོ་བདག་ཕྱིད་སྒྲངས་དང་གཙང་ཐབས། དེ་ལ་ཆོ་ག་ཕྱག་ལེན་གཞིར་བྱས་ཏེ་ཡུལ་སྐོར་གྱི་ཐོག་གཤིས་ཀྱི་འདས་མཆོད་ཕྱིད་སྒྲངས་དེ་ཡིན།

ཐོག་མའི་ལག་ལེན་དང་བཅའ་སྒྲུབ་ཀྱི་སྐོར།

མི་ཞིག་ཆོ་འཕྲོས་པའི་དབང་དུ་བཏང་ན་ཆོ་འཕྲོས་མ་ཐག་ཏུ་ཆེས་ཐོག་མར་གི་བོ་རང་གི་དང་འདུན་ཆེ་བའི་རྩ་བའི་སྒྲ་མ་སོགས་གདན་དྲངས་ཏེ་འཕྲོ་བ་མཛད་པ་དང་། དེ་ནས་ཐོས་བྲོལ་དང་སྒྲ་མའི་གསལ་འདེབས་སྐོར་གྱི་སྒྲིན་ལམ་འདྲ་མིན་ཡང་གསུང་གི་ཡོད། དེ་ནས་དུས་ཆོད་དང་ཆ་ཁྱེན་གྱིས་འདང་ན་བཅའ་བོ་སྒྲུབ་སྐྱོད་མི་བྱེད་པར་ཉིན་མ་གཅིག་གམ་བྱེད་ཙམ་སྟེ་རོ་རྩྭ་མ་ཡལ་གྱི་བར་དུ་དེ་ལྟར་བཞག་ནས། ད་གཞོད་མགལ་ཆེངས་ཏེ་དར་དམར་པོ་ཞིག་གིས་སྟེ་ཆེས་ཀྱི་ཆ་ཆེན་གཉིས་ལ་ཁེལ་སྒྲུབ་བྱས་ཏེ་མདུད་པ་གཉིས་བརྒྱབ་སྟེ་དམ་པོར་བསྐྱམས་ཆེས་པག་མའི་བསྟེན་པ་བཏོན་ཏེ་བསྐྱགས་པར་བྱེད་པ་དང་། དེས་ཕྱི་ཚུལ་ནས་བསམ་ན་གཙོ་ཆེ་ཤོས་རྒྱག་དང་ཁྲག་སོགས་མི་གཙང་བ་རྒྱམས་ཁ་ནང་དང་ལྷ་ནང་ལས་ཚུར་མི་ཡོང་བའི་ཐབས་དང་། དེ་མིན་ནང་ཕྱོགས་ནས་བསམ་ན་གཙོ་བོ་རོ་སྒྲིང་གཉིས་ཀྱི་རྩ་གནོན་འགྲོ་དུས་ལས་རྒྱུད་གིས་བསྐྱངས་པའི་རྒྱུ་རྟོག་རགས་པའི་སྐོར་རྒྱུན་གཙོད་སྒྲུབ་པའི་མན་ངག་ཡོད་པའི་གསུང་རྒྱུ་འདུག དེའི་ཆེས་བཅའ་བོ་འཛོག་པའི་ཆོ་ནའང་རྐང་བ་ཡར་བཀྱག་སྟེ་ལག་པ་གཉིས་རྒྱབ་ཏུ་བསྐྱམས་ནས་

བཅའ་པོ་དེ་བཀའ་གཤམ་པའི་ཚུལ་གྱིས་འཛོག་པ་དང་། དེང་སང་ཡང་ཁ་ཁར་གྱིས་བཅའ་པོ་དེ་མི་དགུག་པར་འཛོག་
 སྒྲུལ་ཡང་འདུག སྤྱི་མོ་འདྲ་ཡིན་ན་རུལ་མི་འགོ་བའི་ཐབས་ལ་བྱེ་མའི་ནང་དུ་ཕབ་བརྟུང་སྟགས་བཏབ་
 བས་འཛོག་པ་དང་དེང་སང་འབྲུག་སྐམ་དུ་འཛོག་པ་སྟགས་འཛོག་སྒྲུལ་འདྲ་མིན་འདུག འཛོག་པའི་ཚེ་
 བཤང་སྤྱོད་ཀྱིན་པའི་ནང་བཞིན་ཁ་ཚུར་འཁོར་ཏེ་འཛོག་པ་དང་། བདུན་ཕྱག་རེ་རེ་བཞིན་དགོང་ཞག་
 འདྲོན་པའི་སྐབས་སུ་བྱུང་སྤྱོད་བ་དང་བྱང་བྱ་བཞུ་སྐབས་ཐང་ཀར་ཚུར་ཁེལ་བྱུང་བྱེད་པ། དེ་ནས་ཞག་
 གསུམ་ཉི་མའི་དྲོས་བཞི་ཞེས་པའི་ནང་བཞིན་ཚེ་འཕོས་ནས་ཉིན་གསུམ་མཚམས་ནས་ད་གཟོད་བདུན་ཕྱག་
 དང་བོའི་མགོ་འཛོན་ནས་ཉིན་དེར་འདུལ་བཅའ་བ་དང་། འདུལ་འདིས་གཙོ་བོ་ཤེ་བོ་དའི་རྣམ་ཤེས་ལ་
 བར་དུ་གཙོད་པའི་བྱ་འདྲེ་ལ་སྟགས་པ་དེ་དག་ཁ་སྤུལ་ཏེ། སྤྱིན་པ་དང་དགལ་བ་གང་བྱས་ཀྱང་མདྲོར་ན་
 རྣམ་ཤེས་དེ་ལ་ཚུར་རང་དབང་ཞིག་བརྩམ་ཡོད། ཚོག་འདིའི་ཕྱག་ལེན་བྱེད་སྐྱངས་གཙོ་བོ་ཀམ་ཆགས་
 མེད་ཀྱི་སྤྱོད་འདུལ་གྱི་སྤྱོད་ནས་ཕྱག་ལེན་གནང་གི་ཡོད། ཉིན་དེ་ནས་བརྟུང་ཚོག་པའི་འགོ་འཛོན་པ་དང་
 ཚོག་དེའང་སྤྱོད་མེད་ཀྱི་རྒྱུད་སྤྱོད་གནང་ཆེ་གཤམ་གསུང་དགོས་པ་ནང་བཞིན་རང་ཅག་གིས་ཞི་ཚོག་གཙོ་བོ་
 བྱས་ཏེ་འདྲོན་པ་དང་། དེ་ནས་ཉིན་རེ་བཞིན་བྱང་བྱ་བཞུ་བ་དང་ཟས་སྤྱོད་མཚམས་དང་ལམ་བརྟེན་གྱི་
 མགོ་ལ་ཞི་བས་དོ་སྤྱོད་བྱེད་པ་དང་། ལམ་རྟེན་ཞེས་པ་ནི་གཙོ་བོ་ཁོང་ཁམས་གང་ན་སྤྱོད་དགོས་ཀྱང་ལམ་
 དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དེ་སྤེལ་ཚོག་བྱེད་པ། སྤེལ་ཚོག་གི་མགོར་སྤྱོད་མའི་གསོལ་འདེབས་བཏོན་
 ཚར་བ་དང་བརྟུན་དེར་ཐོས་གྲོལ་བཏོན་ནས་ལམ་རྟེན་སྤེལ་ཚོག་བྱེད། དེ་ནས་ཉིན་བཞིན་བྱང་བྱ་བཞུ་
 བ་དང་དའི་སྐབས་བཞུ་བྱ་ཤི་བོའི་མིང་བྲིས་པའི་ཤོག་བྱང་དང་བཅའ་པོ་དཔྱེར་མེད་དུ་དམིགས་ནས་ཤོག་
 བྱང་མེ་ཅུ་བསྟེན། དའི་ཆོད་གཙོ་བོ་ནི་བཅའ་པོ་མེར་བསྟེན་པ་དང་མཚུངས་ཏེ། ལྷས་པའི་དབང་དུ་
 བཏང་ན་བཅའ་པོ་མེར་བསྟེན་པ་དང་བསྟུས་པ་བྱས་ན་ཤོག་བྱང་དེ་མེར་བསྟེན་པ་སྟགས་མདྲོར་ན་ལྷས་
 བསྟུས་ལས་བྱང་པར་གང་ཡང་མེད། ལས་སྤྱིབ་བསྟེན་པའི་ཆོད་དུ་ཚོག་དའི་སྤྱོད་ནས་གཉིས་པོ་གང་ཡིན་
 ཡང་མེར་བསྟེན་གསུག་ཏེ་ཡེ་ཤེས་མེ་སྤྱོད་ཞལ་དུ་མཚོད་དགོས་པ་སྟགས་ཚང་མ་གཅིག་མཚུངས་རེད། དེ་ནས་
 ཡང་ཞི་ཁྱོ་ལས་གཞན་པའི་ཚོག་ཞིག་བརྟེན་ཏེ་བདུན་ཕྱག་གཉིས་པའི་འགོ་བརྟུང་ཁོང་བདུན་ཕྱག་བཞི་
 པའི་འགོ་ནས་ཀྱང་རྣམ་འབྱོར་རྒྱུད་ཀྱི་ཚོག་འདྲོན། བདུན་ཕྱག་ལྔ་དུག་གི་མཚམས་ནས་གཙོད་རྒྱུད་དང་ཟ་
 རྒྱུད་ཀྱི་ཚོག་ཆམས་ཅད་བཏོན་ཏེ་དགེ་འདུན་པ་བརྟུང་སྤྱོད་ལས་མས་ཤིག་གིས་ཉིན་ཞག་ཆ་གཅིག་ཙམ་

ལ་ཐར་ཚོག་བཏོན་ཏེ་ཞེ་དགའི་མཐུག་འཕུས་པར་བྱེད། ཤི་བོར་མཚོན་ན་བདུན་ཕྱག་རེ་རེའི་ནང་དུ་ལས་
སྒང་གི་སྐྱེ་འཛི་མང་བོ་ཞིག་སྤྱོད་དགོས་ཀྱིན་ཡོད། དེ་དག་ལ་དམིགས་ནས་ཆེད་དུ་བདུན་ཕྱག་རེ་རེ་ལའང་
དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཁྱད་པར་ཅན་དང་སྒྲ་གང་མང་རེ་གདན་དྲངས་ཏེ་ཚོག་འདྲ་མིན་འདོན་རྒྱ་
དང་གཉེན་ཉེ་འབྲེལ་ཚོགས་ཀྱིས་ཕྱག་དང་སྐོར་བ་སོགས་མདོར་ན་དགེ་བའི་ལས་ལ་ཅི་ཅུས་ཀྱིས་འབད་
བ་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད།

བེམ་པོ་བདག་བྱེད་སྒྲངས་གྱི་སྐོར།

བདུན་ཕྱག་གསུམ་པ་མ་ཡོལ་གྱི་བར་དུ་ཆོ་འདོར་བསགས་པའི་ལས་སྒྲུང་འདྲ་མིན་ཤར་ཏེ་བྱ་དང་རྒྱུང་
མའི་དུང་དུ་འགོ་བ་དང་། རང་གིས་བསགས་པའི་རྒྱ་ཁོར་ལ་ཆགས་ཤིང་གཅེས་འཛིན་དང་བེམ་པོ་ལ་
བདག་ཏུ་བརྒྱུང་། སྐབས་དེར་བྱིས་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཏེ་སྤྱག་བཟུལ་གྱི་རྣམ་པ་བྱེད་དུས་ཤི་བོ་ཁོ་རང་ཡང་
སྤྱག་ཏུ་པངས་སེམས་ངང་ཅི་ཡིན་ནམ་བསམ་པའི་སྒྲུང་བ་སྤྱིས་ཏེ་འཕུལ་སྒྲུང་དང་དེ་ཤི་མེད་ཅེས་འདོད་
སྐད་གཏོང་གི་ཡོད། དེ་བས་ཤུལ་ལས་བྱ་དང་རྒྱུང་མ་སྤྱི་ཡིན་ཅུང་སྒྲི་སྤྱག་གི་སྤྱེ་དག་མི་འདོན་པར་མ་
ཟད་ཉི་མ་དེ་དག་གི་རིང་ལ་ལྷ་སྒྲ་མ་གདན་འདྲེན་སོགས་ཀྱི་གནད་ཆེ་བར་འཛིན་ཏེ་ཚོག་བསྐབ་རྒྱ་ལས་
བེམ་པོ་དེའང་མེར་བསྐྱེགས་པ་དང་ས་ལ་སྤྱས་པ་བྱ་ལ་སྤྱིན་པ་སོགས་གདུ་ཡང་མི་བྱེད། ཉིན་ཞག་དེ་
དག་འགོར་རྗེས་སྤྱ་ཁ་ཤས་ཀྱིས་དབྱིད་དང་དབྱར་ཀའི་དུས་སུ་བེམ་པོ་བདག་ཐུབ་དཀའ་བས་སྐར་མ་ནམ་
ཡག་བཟུས་ཏེ་གཙང་སེལ་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད། དེ་མིན་མང་ཆེ་བས་ལྷ་སྒྲ་མ་གདན་འདྲེན་པ་དང་རྒྱ་འཕྱོར་བ་
སོགས་ཀྱིས་ཆ་རྒྱུན་འཛིན་ན་ཉིན་རེ་བཞིན་བྱས་སྒྲུང་བ་བྱས་ཏེ་ཞེ་དགའ་མ་ཡོལ་གྱི་བར་དུ་གཙང་སེལ་
མི་བྱེད། བེམ་པོ་གཙང་སྒྲངས་སྐོར་ནས་ཀྱང་རྣམ་པ་ཁ་ཁར་ཡོད་དེ། རྩོན་མེར་བསྐྱེགས་པ་དང་ས་ལ་སྤྱས་
པ། བྱ་ལ་སྤྱིན་པ། ཕྱག་ཏུ་འཛོག་པ། རྒྱ་ལ་བསྐྱར་བ་སོགས་དབྱེ་བ་ལྡ་ཅོམ་ཡོད་མོད། ཡིན་ན་ཡང་ད་ལྟ་
དངོས་སྤྱ་ལག་ལེན་དུ་མེར་བསྐྱེགས་པ་དང་ས་ལ་སྤྱས་པ། བྱ་ལ་སྤྱིན་པ་བཅས་གསུམ་མ་གཏོགས་རྒྱ་ལ་
སྐྱར་བ་དང་ཕྱག་ཏུ་འཛོག་རྒྱ་གཉིས་ད་ལྟ་དངོས་སྤྱ་ལག་ལེན་དུ་མེད།

མེར་བསྐྱེག་སྒྲངས་གྱི་སྐོར།

ཕྱིར་བེམ་པོ་ས་ལ་སྤྱས་པ་དང་བྱ་ལ་སྤྱིན་པ་ལས་ཆེས་ཕན་ཐོག་ཆེ་བའི་མེར་བསྐྱེགས་པ་ཡིན་ཏེ་དཀྱིལ་
འཁོར་གྱི་གངས་གྱི་སྐོར་ནས་བསྐྱེགས་ཀྱི་ཤི་བོ་ཁོ་རང་དན་སོང་གི་གནས་སྤྱ་འགོ་མི་དགོས་པར་གསུངས།

ཡིན་ནའང་མཐོ་རིས་སུ་ཇི་ལྟར་སྐྱེ་བའི་ཚུལ་ནི་རང་རང་གི་ལས་ལ་རགས་ལས་ཡོད། བེམ་པོ་མེར་བསྐྱེགས་སའི་གནས་ལའང་ས་མཐན་གྱིས་ལེགས་པར་བསྟན་ཏེ་མེར་བསྐྱེག་པ་ལས་གནས་གང་ལྟར་དུ་སྐྱེག་མི་རུང་། མེར་བསྐྱེགས་པ་འདིའང་གཙོ་བོ་གི་བོ་བདེ་འགྲོ་ཐོབ་ཐུང་དང་དཀར་ཅི་ས་ལ་བརྟུག་པ་འདིས་ཤུལ་ལུས་བྱ་དང་རྒྱུང་མ་དག་ལ་ཕན་ཐོགས་ཆེ། དཀར་ཅི་ས་ལ་བརྟུག་ཅེས་པ་དེའང་བེམ་པོ་མེར་བསྐྱེགས་ཟེན་པའི་རྩལ་ལ་དཀར་ཅི་ནག་ཅི་གཉིས་སུ་བྱས་པའི་རྩས་པ་དཀར་པོ་དེ་བེམ་པོ་ཞིག་ས་ལ་བརྟུག་པ་ཇི་བཞིན་རྩས་པ་དེ་ས་ལ་བརྟུག་པ་ལ་ཟེར། ས་ལ་བརྟུག་པའི་ཆོ་ནའང་ཆགས་རིམ་དང་པོ་ལ་སྤྱད་རྩས་དང་གཉིས་པ་ལ་བར་རྩས་གསུམ་པ་ལ་སྤྱད་རྩས་བཅས་རིམ་བཞིན་བཞག་ལྟེ་བཅའ་སྒྲུབ་ཐུང་གི་རྟེན་ཡོད། ས་ལ་རྟུག་སྤངས་ལའང་ཁྱད་པར་ཡོད་དེ་ལོ་བརྒྱད་བརྒྱ་ཡས་མན་ནས་ཡར་བརྒྱལ་བའི་རིགས་ཡིན་ན་རིའི་མཐོ་སར་དང་ལོ་དེའི་མན་ཡིན་ན་དེ་ལས་རྒྱུང་དམའ་སར་བརྟུག་པར་བྱེད། མེར་བསྐྱེག་བྱའི་བེམ་པོ་ལའང་ཁྱད་པར་ཡོད་དེ་གི་ཤིར་གྱུར་བ་དང་མིས་བསད་བ། བད་ཀན་གྱིས་ཤི་བ་སོགས་མེར་མི་སྐྱེག་ཅིང་ལོ་རྟགས་མི་འདྲ་བའི་ཐད་ནས་ཀྱང་ཁྱད་པར་ཡོད་དེ་བྱ་ལོ་དང་སྤེལ་ལོ་གཙོས་ལྷགས་ཁམས་ཀྱི་རིགས་མེར་མི་སྐྱེག་པའང་ཡོད། མེར་མི་སྐྱེག་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་ཞི་རྒྱས་དབང་དུ་གནས་པའི་ལས་ཡིན་ལྟར་སྤེན་ཏེ་འབྲེལ་ལ་མི་བཟང་བ་དང་དུ་རྒྱུང་དེ་ནས་མཐར་འཁུབ་པས་ཉིན་དེའི་ཡུལ་ལྷ་གཞི་བདག་གི་སྐྱེ་མ་འབྲམ་ཆག་ཆོ་རྩ་སུམ་བརྒྱ་དུག་ཅུ་ལྟེ་གཞུགས་མེད་ཀྱི་རྒྱ་བ་མང་པོ་ཞིག་ལ་སོག་ལྷག་འགྲོ་བས་རེད། དེ་འདྲའི་སྐོལ་དེ་ནི་མདོ་རྒྱུད་ཀྱན་གྱི་དགོངས་དོན་ལྷར་ལག་ལེན་ལའང་དེ་ལྟར་བྱེད་གི་རྟེན་ཡོད། དེ་མིན་བྱིས་པ་མ་ཡིན་པའི་བེམ་པོའི་རིགས་མཐའ་དག་མེར་སྐྱེག་པར་རིགས་ནའང་ཐོན་སྐྱེམ་དང་གྲ་བ་རྟོགས་ཐུན་ལ་སོགས་པའི་རིགས་ལས་སྤྱིར་བཏང་གི་མི་པལ་བའི་བེམ་པོ་དག་མེར་སྐྱེག་གིན་མེད། དེའི་གནད་ཀྱང་དག་ལྟེ་ཚུལ་སྤོང་དང་སྐྱེ་སེར་གྱི་ཁྱད་པར་མ་ཡིན་པར་གཙོ་བོ་འབྱོར་བས་བྱས་པ་རེད། དེར་སང་དེའི་འགྲོ་ཐོགས་དེ་རྒྱུང་དུ་གོ་བོར་གྱུར་ཏེ་བེམ་པོ་མང་ཤས་ཤིག་མེར་སྐྱེག་གཏོང་གི་ཡོད། མེར་སྐྱེག་སྤངས་ལའང་རྣམ་པ་གཉིས་ཅམ་ཡོད་དེ། དཔེར་ན་སུམ་ཐུན་རྩོ་རྩོ་འཛིན་པ་ལྷ་བུའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཁྱད་པར་ཅན་ལ་འདུལ་ཆས་ཆ་ཆང་གསོལ་ཏེ་སྤར་ཁང་དུ་འཛོག་པ་དང་། སྤར་ཁང་གི་ཞབས་ལ་ཞི་བའི་སྤྱིན་སྐྱེག་གི་ཐེགས་ཆོག་དང་དེའི་སྤྱིང་དུ་ཡར་ཡར་སྤར་གདན་དང་སྤར་ཁབ་ཡོད་པར་བྱེད། ཉིན་དེར་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་གངས་ཀའི་སྤོ་ནས་བསྐྱེག་ཀྱང་དེ་དག་ཆང་མ་རྒྱབ་ཐོགས་ནས་ལ་རྒྱར་འཁོར་ཏེ་

འཇོག་དགོས། དེ་ནི་མཐོན་ཐབས་ཀྱི་ལྷ་ཙ་ངོས་འཛིན་གྱིན་ཡོད། དེ་ནས་ཕུར་ཁང་ལ་ཕྱོགས་སོ་སོ་ནས་
 རྩས་ཁྱུང་བཞག་སྟེ་ནང་བཅའ་པོ་ལ་འང་མདོ་ཆས་ཆ་ཆར་ཞིག་བྱས་རྩས་མེར་བསྐྱེད་པ་དང་། དེ་བཞིན་
 རབ་ཏུ་བྱུང་བ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱལ་སྤྱོད་དང་རྟོགས་ལྡན་སོགས་ལ་ཡོངས་སྤྱོད་རྟོགས་སྤྱི་ཆས་བྱས་ཏེ་གསང་
 བསྐྱེད་ཀྱི་འགྲོས་ལྷར་བྱག་གི་དོད་པོ་ཡོད་པ་ནང་བཞིན་མེར་བསྐྱེད། དེ་མིན་ཕྱི་རྩལ་ནས་མི་སྤྱོད་
 དགེ་བསྐྱེན་གྱི་སྤྱོད་པ་བྱས་ཀྱང་ནང་ནས་རྟོག་པ་ཡོན་ཏན་ཅུང་མཐོ་བའི་རིགས་ཏེ་མཆོད་པའི་གནས་སུ་
 འོས་པ་དག་ཐོག་མར་བཅའ་པོ་དྲི་བཟང་གིས་བཀྱས་ནས་གྱོན་པ་དཀར་པོ་གསོལ་བ་དང་སྟེ་མཆོད་བྱིན་
 རྩབས་བྱས་ཏེ་མེར་བསྐྱེད། དེ་དང་འདྲ་བར་མི་སྤྱོད་པོ་མོ་ཆོའང་རས་དཀར་གྱིས་བཀྱས་ཏེ་མེར་བསྐྱེད།
 དེ་ལ་སྒྲ་མ་གྲ་བའི་ཆ་བྱང་ཅན་དང་མི་སྤྱོད་པོ་མོའི་ཆ་བྱང་ཅན་ཏེ་གཉིས་ཡོད། འཇིག་རྟེན་འདྲིའ་མ་ཁྱེ་ཁ་
 འདོན་དང་ཕྱག་དང་སྐར་བ་སྟེ་དགེ་བའི་ཕྱོགས་ཙམ་ལས་གཞན་དཀྱིལ་འཁོར་ཟབ་མོ་བསྐྱེད་ཤེས་པ་
 དང་། ཡི་དམ་མཐར་ཐུག་གི་བསྐྱེན་པ་ཐོན་དུ་སོང་བ། ཡི་དམ་འདི་ཡིན་གྱི་གོམས་པ་མེད་པའི་རིགས་ནི་
 མི་སྤྱོད་པོ་མོའི་གྲལ་དུ་འཇོག་པ་སྟེ་རིགས་གཉིས་ཡོད། མེར་བསྐྱེད་མཐའ་གྱི་སྒྲ་མ་དང་གྲ་བ་སྤྱི་ཡོན་ཙུང་
 དེས་བསམ་སྒྲོག་ཏོང་སྤངས་ལ་ཡང་གཉིས་ཡོད་དེ། མཆོད་པའི་འོས་སུ་གྱུར་པ་སྟེ་སྒྲ་མ་དགེ་བའི་བཤེས་
 གཉན་དང་གནད་ཆེ་བའི་རྟོགས་ལྡན་ལ་སོགས་པའི་དགེ་བསྐྱེན་རྣམས་ལ་རང་གི་ཡི་དམ་མཐར་ཐུག་གང་
 ཡིན་པ་དེ། རང་གི་བཅའ་པོར་དཀྱིས་ཏེ་ཡི་དམ་དེ་ཡིན་བསམ་པའི་མོས་པ་བསྐྱེད་དེ་ཡེ་ཤེས་དཔག་མེད་
 ཀྱིས་བྱིན་རྩབས་བྱས་རྩས་དེ་ལ་ཕར་མཆོད་པ་བྱེད། མདོར་ན་བཅའ་པོ་དེ་ཕུར་ཁང་ནང་དུ་ཡོད་པར་བྱས་
 ཏེ་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་གཙོ་བོ་ཡང་དེ་བྱས་ནས་ཉིན་དེར་དཀྱིལ་འཁོར་གཉིས་དང་གསུམ་སྟེ་དཀྱིལ་འཁོར་
 རྣམ་གངས་གང་གི་སྤོ་ནས་བསྐྱེད་ཀྱང་ཆར་མས་བསམ་སྤོ་དེ་ལྷར་བཏང་ནས། བཅའ་པོ་ཁོ་རང་ཡི་དམ་
 ལྷ་ལ་གསལ་ཏེ་ཐོག་རྩས་ཡོངས་རྟོགས་དེ་ལ་ཕར་མཆོད་པ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེ་མིན་མཆོད་པའི་གནས་སུ་མི་
 འོས་པའམ་མི་སྤྱོད་པོ་མོ་དག་གི་བཅའ་པོ་མེར་བསྐྱེད་པའི་ཆོན་ཕུང་ཁམས་སྟེ་མཆོད་ལ་ལྷ་དང་ལྷ་མོར་གསལ་
 ཏེ་དེའི་དཀྱིལ་འཁོར་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པ་ཡེ་ཤེས་པ་བྱས་ཏེ་མི་སྤོང་གི་དབུས་སུ་བསྐྱེད་ཡོད་རྩབས་བཅའ་པོ་
 དང་ཐོག་རྩས་དབྱེར་མེད་དུ་བྱས་ཏེ་ཡེ་ཤེས་ལྷ་ལ་ཕར་མཆོད་པ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། མདོར་ན་དེ་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་
 པར་གཙོ་བོ་ནི་སྒྲ་མ་གྲ་བའི་རིགས་ཏེ་རྟོགས་ལྡན་ལ་སོགས་པ་ནི་མཆོད་པའི་གནས་དང་མི་སྤྱོད་པོ་མོའི་
 རིགས་ནི་མཆོད་བྱུང་རྩེ་རྩས་སུ་བྱའོ།།

བྱ་ལ་སྦྱོན་པའི་སྐོར།

གནས་སྐབས་ལེས་པོ་བྱ་ལ་སྦྱོན་པའི་ཆོས་ཁྱད་པར་བ་སྟེ་དུར་ཁྲོད་ཀྱི་དབུས་སུ་དཀྱིལ་ལ་འཁོར་མང་
 པོ་བཅུགས་པའི་སྟེང་དུ་བཞག་ནས་ལེས་པོ་དེ་བྱ་ལ་སྦྱོན་གྱིན་ཡོད། ཡན་ལྷན་ནས་བསམ་ན་ལེས་པོ་བྱ་
 ལ་སྦྱོན་རྒྱ་འདི་སྦྱོན་པ་ནས་འཆིའི་གཤམ་དུ་འཕྱོ་བས་ཕན་ཐོགས་སྒྲ་མེད་ཆེ་དེ་བཞིན་སྟོང་ཁྲག་དེའང་དཀྱིལ་
 འཁོར་དེའི་སྟེང་དུ་འཕྱོ་ལྷབས་གཙོ་པོ་ཤི་པོ་ཁོ་རང་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་འབྱུང་གི་ཡོད། སྐབས་དེར་
 སྟོང་ཁྲག་དཀྱིལ་འཁོར་དེའི་སྟེང་དུ་འཕྱོ་ལྷབས་སྟོང་ཁྲག་གང་ལ་གནས་པ་དེར་སྒྲ་མེད་ཡང་ན་ང་དང་
 བདག་དུ་འཛིན་པའི་བག་ཆགས་ཀྱི་ལས་སྒྲུང་དེའང་གཞི་དེར་གནས་པར་བྱེད། གཤམ་སྟོང་གཞི་དེར་གནས་
 པའི་སྒྲ་དེ་བདེ་སོང་བ་ཡིན་ན་ཤུལ་ལྷས་ཀྱི་བྱ་དང་རྒྱུང་མ་སོགས་མདོར་ན་ཁོ་རང་གིས་གཅེས་སུ་འཛིན་
 པའི་མི་དག་ལ་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོར་འབྱུང་སྟེ། ལས་ལས་དུ་འཕྱོ་བ་ཟས་དང་ནོར་གྱིས་ལྷག་པ་སོགས་
 མདོར་ན་ལས་གང་བྱས་ཀྱང་བྲག་ཤིས་ཀྱི་ལས་སུ་འཕྱོ་བར་བྱེད། དེའི་ནང་བཞིན་གཤམ་སྟོང་ལེས་པོ་དེ་
 དུར་ཁྲོད་དང་ས་ཁྱད་པར་ཅན་ལ་མ་སོག་ན་སྒྲ་དེའང་མི་བདེ་བར་འཁྱུར་བ་དང་སྒྲ་མ་བདེ་ན་ཤུལ་
 ལྷས་ཀྱི་མི་དག་ལ་གཞོད་པ་ཆེ་སྟེ། བར་ཆད་ཀྱིས་སྦྱོན་ཏེ་ན་ཆ་འབྱུང་བ་དང་ནོར་གྱིས་དབུས་བ་མདོར་
 ན་བྲག་མི་ཤིས་པའི་ལས་མང་པོ་ཞིག་དང་འཕྲད་ངེས།

ས་ལ་སྦྱ་པའི་སྐོར།

ལེས་པོ་དེ་ས་ལ་སྦྱ་བར་ཐག་བཅད་པ་ནས་བཟུང་ཉིན་རེ་བཞིན་དཀྱིལ་འཁོར་དེ་ཉིད་སྦྱ་ཅན་ནས་
 བཅའ་སྦྱབ་བྱེད། ལེས་པོ་ས་ལ་སྦྱ་བ་འདི་གཙོ་པོ་ཤུལ་ལྷས་དག་ལ་དམིགས་ནས་ཡོད། སར་སྦྱ་རྒྱུང་ས་སྐོར་
 ལའང་ཁྱད་པར་ཅུང་ཡོད་དེ་ལོ་བརྒྱད་བཅུ་ལས་ཡར་བཞུལ་བའི་རིགས་ནི་རིའི་མཐོ་སར་སྦྱས་པ་དང་དར་
 མའི་རིགས་རེ་སྟེང་དུ་སྦྱས་པར་བྱེད་ལ་དེ་མིན་ལོ་བརྒྱད་མན་གྱི་བྱིས་པ་དག་ནི་རྒྱུད་དུར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ས་
 ལ་སྦྱས་པའི་སྐབས་སུ་འདོག་ལ་དཀྱིལ་འཁོར་སྒྲ་མ་ནས་དེའི་གོང་འོག་དུ་མཆོད་བཤམས་སོགས་ཆ་ཆ་བྱེད།
 ལེས་པོ་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་འཛིན་པ་འདིས་ཤི་པོ་ལའང་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོད། ཡིན་ནའང་གཙོ་པོ་འབྱུང་བ་
 དག་སོགས་དང་ལོ་རེས་སྦྱར་ཁ་ལ་བཏུས་ཏེ་ས་ཁྱད་པར་ཅན་ལ་མ་སོག་ཆོ་སྒྲ་དེའང་བདེ་བར་གནས་མི་
 ལུབ་ལ། སྒྲ་བདེ་མིན་དེའང་གཙོ་ཆེ་སྟོན་ཤིག་ཡིན་ཏེ། སྒྲ་དེ་དུར་ས་གང་ཡིན་པ་དེར་མི་རབས་ཁ་ཤས་
 ཤིག་གནས་ཏེ་ཁོ་རང་ལ་བདེ་མིན་ཇི་ལྟར་བྱུང་བ་ནང་བཞིན་ཤུལ་ལྷས་ཀྱི་མི་དག་ལའང་དེ་ལྟར་འབྱུང་

གི་ཡོད། རྒྱ་ཅི་མིན་གནས་པའི་བར་དུ་ཁོའི་ལས་སྒྲུང་ལའང་འདི་ལྟར་འཆར་བར་བྱེད་དེ། དཔེར་ན་ཉི་མ་
 རེ་རེ་བཞིན་ང་ཚོའི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་འདིར་ནངས་དུས་ཉི་ཅེ་ཤར་བའི་དུས་སྐབས་རང་འོ་བོའི་ཆེ་ཆ་
 སོང་སྟེ་དབུས་ཀྱི་རེ་བོ་མཆོག་རབ་ལ་ཐོན་པའི་སྒྲུང་བ་ཤར་ཏེ་ལྷ་མོ་མོ་དང་མཉམ་དུ་ཆེད་དགར་རོལ་ཏེ་
 རྒྱལ་དང་ཤོ་སྟགས་ཀྱི་སྐྱུག་བྱེད། དེ་ནས་ཉིན་བྱེད་བྱིར་དུར་མལ་དུ་འབྱམས་ཏེ་དགོང་མོར་རེ་ཆེ་ལ་གསེར་
 གཞི་འཆར་བའི་དུས་ན་ལྷང་གསུམ་གྱི་མདོ་ན་བདུད་དང་ཐེའུ་རེད་དབུས་སྐབས་སྟེ་རྒྱལ་དང་སྐྱུག་བྱེད་
 ཀྱིན་པའི་སྒྲུང་བ་འཆར་གྱི་ཡོད། སྐབས་དེར་བཅ་པོ་ས་ལ་ཡག་པོར་སྟག་མེད་ཆོ་ཤུལ་ལུས་ཀྱི་བྱ་དང་རྒྱང་
 མ་རྒྱ་ཁོར་དཔལ་འབྱོར་སྟགས་རིམ་བཞིན་བདུད་དང་ཐེའུ་རེད་སྟགས་ལ་རྒྱལ་སྐྱུག་ནས་ཆིས་སྒྲུང་གི་ཡོད།
 དེ་བས་གཟུགས་ཅན་གྱི་སྟངས་ནས་མཐོང་དུ་མེད་ཅུང་གཟུགས་མེད་ཀྱི་སྟངས་ནས་གཞོན་ཀྱིན་མང་ཙམ་འབྱུང་
 བྱིན་ཡོད་དེ། བར་ཆད་དང་གོང་ལ་ཤི་རྒྱེན་སྟགས་མི་ལེགས་པ་མང་པོ་ཞིག་འབྱུང་གི་ཡོད། དེ་བཞིན་
 གལ་སྲིད་བཅ་པོ་ས་ལ་ཡག་པོར་སྟག་ཡོད་ཆོ་ཤུ་དང་རྒྱང་མ་སྟགས་མདོར་ན་ཤུལ་ལུས་དག་ལ་ཁོར་དང་
 ལོངས་སྟོང་སྟགས་དར་ཞིང་རྒྱས་ཏེ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པའི་རྒྱེན་འབྱུང་གི་ཡོད། དེ་ནས་མ་རེ་བཞིན་ཤུལ་
 ལུས་ཆིས་པག་རྒྱ་དང་བྱི་རྒྱའི་ཆོས་པ་བཅོ་ལྔ་གང་ཅུང་ལ་དུར་ཆོན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དུར་ཆོན་ཞེས་པ་ནི་
 དུར་མན་དེར་ཁྲ་བྲ་གང་ཅུང་རེ་ལོ་ལྟར་གངན་དངས་ཏེ་མཇུག་བཟོ་བས་རྒྱན་པའི་ཆོག་ཐུང་ཐུང་རེ་གསུང་
 བ་དང་། དུར་མན་དེར་བཟ་ཤིས་རྟགས་བརྒྱད་དང་རྒྱལ་སྲིད་སྒྲ་བདུན། ལང་ཞིང་མི་དང་བཅས་པའི་རེ་
 མོ་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་དུར་ཤིང་གི་ངོས་སྐྱ་བཞོན་བ་དང་། ཤུག་པ་ཅེ་རྒྱལ་གྱི་སྤོང་རྒྱང་འཇུགས་པ་དང་
 དེའི་སྟངས་དུ་བལ་ཆོན་དཀར་དམར་གཏོར་ཏེ་པ་མཆོན་དག་ལྟའི་གཡང་སྤོང་གྱི་རྒྱལ་དུ་འདོན་པའོ། །
 ལུལ་སྐད་དུ་དུར་ཆོན་དེའི་མིང་ལ་དུར་ཅུ་ཆོན་བཅོས་ཀྱང་བྱེད། བཤད་སྟོལ་ལྟར་ན་དེའི་ཆོད་གཙོ་བོ་ནི་
 ཤི་བོའི་རྒྱ་མི་གཏུག་པ་དང་གསོན་པོའི་གཡང་མི་ཉམས་པའི་ཆེད་དུའོ། །

རྒྱང་དུར་གྱི་སྐོར།

ལོ་བརྒྱད་ཕྱིན་ཆད་ཀྱི་བྱིས་པའི་རིགས་ཆང་མ་རྒྱང་དུར་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད། རྒྱང་དུར་ལའང་སྟེ་མོ་གཉིས་
 ལས་དང་པོ་ས་ལ་སྐྱས་པའི་སྐོར། ས་ལ་སྐྱས་སྐབས་ཆེ་དུར་རྒྱང་དུར་དང་རྒྱང་དུར་ཆེ་དུར་དུ་ཁོར་བར་
 མི་རིགས་ཏེ་འབྱུང་བ་གོ་ཐོག་དུ་སོང་ཆོ་ཤུལ་ལུས་ཀྱི་མི་དག་ལ་གཞོན་པ་ཆེན་པོར་འབྱུང་བྱིན་ཡོད། གལ་
 ཏེ་རྒྱང་དུར་གྱི་རིགས་ཆེ་དུར་བས་ཏེ་རྒྱང་དུར་རེ་ལ་སྟེལ་ན་ཤུལ་ལུས་ཀྱི་མི་ཆེ་གས་རིགས་ལ་ཤི་རྒྱེན་སྟགས་

ཀྱི་གཞོན་པ་དང་། དེ་བཞིན་ཆེ་དུར་རིགས་ཀྱི་དུར་བྱས་ཏེ་ཆེ་དུར་ཆུ་འགམ་དུ་སྒྲེལ་ཆེ་བུལ་ལུས་ཀྱི་མི་
ཆུང་གས་དག་ལ་འད་ཤི་ཤྱིན་སྟགས་ཀྱི་གཞོན་པ་མང་པོ་འབྱུང་གིན་ཡོད། ཆུང་དུར་བྱེད་སྐབས་ས་བཅད་
དབྱེད་པ་བཞི་ལྟ་བུ་དང་ཆུང་དུར་བྱེད་པ་ལས་ལོ་རིམ་སྤར་ཁ་སྟགས་ལ་དེ་འདྲ་ལྟ་སྟོན་མེད། དབྱེད་པ་
བཞི་ལྟ་བུ་དང་པོ་ནི། མདུན་ཕྱོགས་ནས་ཆུ་ཞིག་ཐུར་དུ་འབབ་པ་དེ་དང་ཉེ་བའི་དུང་ནས་ཀྱང་ཆུ་སྤར་
ཞིག་ཐུར་དུ་འབབ་པ་སྟེ་ཆུ་གཉིས་ཐུར་དུ་བབས་པ་ལ་མ་ཆུ་བྱ་ཆུ་འཕྲད་ཅེས་པ་དང་། གཉིས་པ། ཆུང་
དུར་གྱི་ས་མལ་དེའི་ཕྱོད་དུ་མ་སྤང་ཞེས་པའི་སྤང་ཆུང་ཆུང་ཞིག་གསུམ་པ། རྩེ་མར་འཆི་ཤྱིན་སྟགས་མི་
ཡོང་བའི་ཆེད་དུ་རྒྱབ་ཕྱོགས་ན་རྟགས་གཞོན་ཞེས་པའི་སྤེན་མ་དང་པ་བོང་། མཚོད་རྟེན། རྒྱ་ལམ། རི་
གཞོང་ཐུར་དུ་རྒྱགས་པ་སྟགས་གང་རུང་ཞིག་དགོས། བཞི་པ། གསུང་མདའ་ཞེས་གཡས་ཕྱོགས་ན་ཤིང་
ཆོར་རམ་ཤིང་རིགས་ཤིག་དགོས་པ་དེ་དག་ལ་བཅད་པ་བཞི་ཞེས་བྱའོ།

གཉིས་པ་ཆུ་བཟུ་བྱེད་པ། བཅའ་པོ་མཚན་ཉིད་དང་ལྟན་པའི་ཆུ་ནང་དུ་འཕངས་ནས་སྒྲི་ཆུ་ཁར་ཡར་
བཏགས་ཏེ་ཉ་ལ་སྒྱུན་པ་གཏོང་བ་དེའོ།

མཇུག་གཏམ།

འདི་ནི་མཇུག་གི་གཏམ་སྟེ་དམིགས་བསལ་དུ་བྱ་བྱེད་དོན་སྐད་ཆ་ཞིག་ཡིན། སྤྱིར་འདས་མཚོད་
ཅས་པ་ནི་འདི་ཙམ་གྱིས་འཐུས་ཐུབ་པའི་དོན་དག་ཅིག་གཏན་ནས་མ་ཡིན་ཏེ་འདིའི་སྐོར་ནས་མི་རིགས་གང་
ལ་མཚོན་ན་འདྲ་ཆེས་གཏིང་ཟབ་པའི་གནས་ཚུལ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། ལྷག་པར་དུ་མི་རིགས་རང་ལ་
མཚོན་ན་གཞན་དང་མི་འདྲ་བར་གཞུང་ལུགས་དང་འབྲེལ་བའི་ཡུལ་སྟོན་གོམས་གཤིས་ཏེ་སྟོན་རྒྱན་ལ་
མཚན་པ་ཞིག་ཡོད་ལ་བྱེ་བྲག་དུ་ཡུལ་ལུང་སོ་སོ་ལ་འད་མི་འདྲ་བའི་བྱང་ཆོས་ལྟན་པའི་ཡུལ་སྟོན་གྱ་རྟོམ་
པ་རེ་ཡོད། ཡིན་ན་འདྲ་འདི་ནི་ཁམས་ཕྱོགས་ཡུལ་ལུང་ཏེ་ནང་ཆེན་སྐྱོ་བྲག་གཙོས་ཕྱོམ་པའི་ཕྱོགས་ནས་
འདས་མཚོད་བྱེད་སྤངས་སྐོར་བྱུར་ཙམ་ཞིག་ཡིན་ལུས་བྱས་པ་ཡིན། འདིའི་ཐད་ནས་མ་འདངས་པའི་སྤྱོད་
ཆ་དང་རྟོར་འབྲལ་གྱ་རྟོམ་པ་རེ་ཡོད་པེས་པས་སྒྲོག་པ་བོ་དག་ལ་སེམས་གཏིང་ནས་དགོངས་དག་བྱ་བ་
ཡིན། འདི་འབྲི་དགོས་པའི་དམིགས་འདུན་ཡང་ཤེས་མདོག་གིས་བྲིས་པའི་ད་རྒྱལ་ཞིག་གཏན་ནས་མ་
ཡིན་ཏེ་འདི་འབྲི་བའི་དམིགས་འདུན་ནི་ཡུལ་ལུང་འདིའི་གོམས་སྟོན་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་མ་ཉམས་གོང་
འཕེལ་དང་ཉམས་པ་སོར་རྒྱུད་ཀྱི་ཆེད་དང་། མ་འོངས་པར་འདིའི་སྐོར་ནས་ཞིབ་འཇུག་བྱ་བྱེད་པ་དག་

ལ་དབྱེད་གཞིའི་བྱུང་ཅམ་དུ་དམིགས་པ་ཡིན། ཡིན་ནའང་འདིར་མ་ཆང་བའི་ཆ་མང་ཅམ་ཡོད་པ་དག་
རྗེས་ཕྱོགས་སུ་ཁ་སྐོང་བྱས་ཏེ་འཐུས་སྒྲོ་རེ་ཆང་དང་འདིའི་ཕྱོགས་ནས་དཀའ་ངལ་ཕྲན་ཅམ་རེ་རྒྱག་ཅིས་
ཡིན། མཐར་འདིའི་ཕྱོགས་ནས་སྐུལ་མ་གཏོང་མཁན་གྱི་དགོ་ཆུན་ཁོང་ཉིད་གཙོས་བཅར་འདི་བྱ་ཡུལ་གྱི་
མི་སྣ་དག་ལ་བཀའ་དྲིན་ལན་རྒྱལ་ཞུ་བ་ལགས།

བཅར་འདི་བ། ཁྱི་ཐོག་ཚས་དབྱིངས་རྒྱ་མཚོ།

བཅར་འདི་བྱེད་ས། དབུ་ཆེན་བསྟན་འཛིན་ནོར་བུ། ཨ་ཁང་ཀམ་གྱ་ཅུ།

བཅར་འདིའི་ས་གནས། རྒྱུ་ཐག་དགོན་ཐུབ་བསྟན་བཤད་རྒྱུབ་དར་རྒྱས་མྱིང་།

བཅར་འདིའི་དུས་ཚོད། 2015.6.3

མདོ་སྨད་གྱི་ལིང་ཡུལ་གྱི་འདས་མཆོད་བྱེད་པའི་བརྒྱུད་རིམ་མདོ་ཙམ་ངོ་སྤྲོད་པ།

གཤེན་ཕྱག་སངས་རྒྱལ། །གྱི་ལིང་།།

སྤྱིང་གཞི།

སྤྱིར་འཇིག་རྟེན་གྱི་དེ་ལོ་ལོ་གནས་མཐའ་དག་ཚུར་བསྐྱུས་ན་སྤྱི་འཆིའི་རིག་གནས་གཉིས་ཀྱི་ནང་
དུ་འདུ་ལ། དེ་གཉིས་ཀྱིས་མི་རྣམས་ཀྱི་བསམ་པའི་འབྱུར་སོ་དང་ཆོས་ལྷགས་དང་མོས། རིན་ཐང་གི་ལྷ་པ་
སོགས་ཚྭ་གས་ཀྱི་ནས་མཆོད་གྱིན་ཡོད། དེས་ན་ཁོ་པོས་ཀྱང་འདྲར་དེ་གཉིས་ལས་ཕྱི་མ་སྤྱི་འདས་མཆོད་
ཀྱི་རིག་གནས་རྒྱ་མཚོ་ལྷ་བྱ་ལས་ངེད་ཀྱི་པ་ཡུལ་རྟེ། མདོ་སྨད་གྱི་ལིང་ཡུལ་དུ་འདས་མཆོད་སྐྱབ་སྐབས་
མི་སེར་རྣམས་ཀྱིས་དངོས་སུ་ལག་ལེན་དུ་བསྟར་བཞིན་པ་དག་དམིགས་སུ་བཟུང་ནས་དེའི་བརྒྱུད་རིམ་
མདོ་ཙམ་ངོ་སྤྲོད་བྱ་བར་འདོད་དོ།

དེས་ན་ད་ལན་ཁོ་པོས་འདྲིར་ངེད་ཀྱི་དགོན་པའི་ཟླ་བཅོན་ཆུན་པ་ཚོག་པ་སྐལ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་
ལགས་དང་ཨ་ཁའི་བླ་ཤེས་རྒྱ་མཚོ་རྣམ་པ་གཉིས་ལ་བཅར་འདྲི་བྱས་པའི་སྐྱེ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོག་མའི་
བརྒྱུད་རིམ་དང་། གཤེན་པོའི་བེམ་པོ་བཅས་པའི་བརྒྱུད་རིམ། གཤེན་ཆོས་བྱེད་པའི་བརྒྱུད་རིམ། རྒྱན་
སྒྲིལ་གཞན་དག་གི་བརྒྱུད་རིམ། བེམ་པོ་ཕྱིར་འདོན་པའི་བརྒྱུད་རིམ། དུར་གདབ་པའི་བརྒྱུད་རིམ། སེལ་
རྒྱག་པའི་བརྒྱུད་རིམ། མང་ཆ་དང་ཐོད་ཅས་བདག་བྱེད་པའི་བརྒྱུད་རིམ། ཞེ་དགུ་དང་འདུན་བྱེད་པ་
སོགས་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ། ཕྱིས་པའི་དུར་གདབ་པའི་བརྒྱུད་རིམ་བཅས་ས་བཅད་བརྩམས་པའི་སྐོར་ལ་
བྱས་ཡོད། དེས་ན་བཤད་བྱ་དངོས་ཏེ་མདོ་སྨད་གྱི་ལིང་ཡུལ་གྱི་འདས་མཆོད་བྱེད་པའི་བརྒྱུད་རིམ་མདོ་
ཙམ་ངོ་སྤྲོད་པ་ལ་འཇུག་པར་བྱའོ།

དང་པོ། ཐོག་མའི་བརྒྱུད་རིམ།

འདྲིར་ཐོག་མར་ནང་པ་སོགས་ཀྱི་ལུས་སྤྱིབས་ཉམས་ཤིང་སྤྱོད་ནས་དབུགས་འགག་པ་སོགས་འཆི་
ལྷས་རགས་པ་མངོན་དུ་གྱུར་པ་ན་ད་ནི་ཁོ་རང་འཆི་བའི་གས་སུ་འཇོག་ལ། སྐབས་དེར་དག་འགོ་སོགས་
སུ་མི་སྤྱི་བའི་ཕྱིར་དུ་རྣ་སྤྱོད་སྐད་མཐོན་པོས་སྐགས་ཀྱི་ལམ་ནས། ར་མོ་བྱང་རྒྱ་ལ། ར་མོ་རྒྱམ་ལ། ར་མོ་

སྒྲིབ་ཡ། ཞེས་སྒྲིབས་འགྲོ་རེ་འདོན་ཐུབ་ན་ལེགས་པར་བཤད་ལ། དེ་ལྟར་མ་ལུས་ཆོ་མ་ཁི་དང་འདས་པོ་
རང་ལ་དང་འདུན་ཆེ་བའི་སྒྲིབ་དང་དགོ་བའི་བཤེས་གཉེན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་པ་སོགས་བྱས་ཏེ་འདས་
པོའི་སྒྲིབ་ཆོས་སུ་བསྒྱུར་གང་ཐུབ་བྱེད།

དེ་ནས་དབྱུགས་ཀྱི་རྒྱ་བ་འགག་པ་ན། གདོང་གི་ཁ་མེག་མར་བྱིལ་བ་ཙམ་ལས་ཡུལ་འདི་གའི་སྒྲིབ་ལ་
འདས་པོ་འམ་འདས་མོ་དེ་ཉིད་གནས་གང་དུ་འདུག་སྟངས་སོགས་ཚུལ་ཅི་ལྟ་བུར་ཡོད་པ་ལྟར་རང་སོར་
བཞག་ཤི། གང་མཐོགས་ཀྱིས་གཉེ་^① དང་ཐེ་བ་སོགས་ལ་བདད་བྱེད་པ་དང་དགོན་པའི་ནང་དུ་ཨ་མཚན་
ཁྱུ་ཅི་འགྲོ་བ་སོགས་ཀྱི་ལས་སུ་ཞུགས་ལ། སྒྲིབ་འབྲམ་ནས་ཆ་གསུམ་ཞིག་ལྷན་དེ་དེ་ཞེ་དུ་མ་རྩོགས་པར་
རྒྱན་ཆད་དུ་མི་འབྱུག དེའི་རྩིས་སུ་དགོན་ནང་ནས་ཨ་མཚན་བྱོན་མ་ཐག་གཤིན་པོའི་བེམ་པོ་^② ཡོད་
སའི་ཁང་བ་དེར་བྱོན་ནས་ཐོག་མར་ཐུགས་ཀྱི་སྒྲིབ་སྒྲིབས་འགྲོ་དང་། དེ་ནས་སངས་རྒྱུས་དཔལ་པོ་
བདུན་གྱི་མཚན་བརྩོན་པ་སོགས་བྱེད་ལ་དེར་བཤད་སྒྲིབ་དུ་འང་མཚན་བརྩོན་པ་བཟུང་། དེ་ནས་པལ་ཆེར་
ཡོངས་གྲགས་སུ་སྒྲིབས་འགྲོ་རྒྱུས་པ་སོགས་རིམ་པར་གསུངས་ཤིང་ཡི་དམ་རྩོ་རྩོ་འཇིགས་བྱེད་དཔལ་པོ་
གཅིག་པའི་སྒྲིབ་སྒྲིབས་ཆོག་སྒྲུར་བར་བྱེད་པ་དང་། དེའི་རྩིས་སུ་ཡོང་དང་བསྐྱུན་ནས་སྒྲིབ་ལམ་རྒྱ་ལ་
སོགས་གསུངས་སོ།

གཉིས་པ། གཤེན་པོའི་བེམ་པོ་བཙོས་པའི་བརྒྱུད་རིམ།

དེ་ལྟར་བྱུང་རྩིས་བྱ་བ་ཡིན་ན་ཟླ་གཤམ་གྱི་མཚན་ཁང་དང་། ཁྱིམ་པ་སོ་མོ་ཡིན་ན་ཁྱིམ་ཆེན་གྱི་ཡ་
ཁྱིད་དུ་ས་དཀར་བཅགས་པའི་སྒྲིབ་དུ་རབ་ཡིན་ན་མགོ་རྩལ་ཕྱོགས་སུ་སྒྲིབ་ལ། དེ་མིན་ན་འང་བྱང་ཕྱོགས་
སུ་མི་སྒྲིབ་པར་གཞོགས་གཡས་ས་ལ་པལ་སྒྲེ་སེང་གའི་ཉལ་སྒྲིབས་ཀྱིས་ལུས་བཙོས་ནས་འཇོག་ལ། ཡུལ་
གཞན་དུ་བལ་སྐྱད་སོགས་ཀྱིས་ལུས་བསྐྱམས་ནས་བེམ་པོ་བདག་བྱེད་སྒྲིབ་ཡོད་ཀྱང་ཡུལ་འདིར་དར་ཤི་
སོགས་དམིགས་བསལ་བ་འགའ་རེ་མ་གཏོགས་དེ་ལྟར་བདག་མི་བྱེད་པར་བཤད། དེ་ལྟར་བྱ་ཆོ་བེམ་པོ་
ཆོག་པོར་འཇོག་པ་དང་ཉལ་བའི་ཚུལ་གྱིས་འཇོག་པ་གཉིས་ཡོད།

① འདིར་གཉེན་གཉེན་ཅི་ཙམ་ལ་མི་གོ་བར་ཁྱིམ་བཤོས་ལ་ལ་གཉེན་ཟེར།

② འདི་གའི་ཡུལ་སྐད་དུ་བེམ་པོ་ལ་དཀར་རྩི་ཟེར།

རྫོག་པ་སྐལ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་ལགས་ཀྱིས། ས་ཆ་གཞན་ཡིན་ན་རོ་ལངས་སོགས་ཀྱི་དབང་གིས་གསུང་
བཅོས་^③ བྱེད་ལ། ང་ཚོའི་ཡུལ་འདྲིར་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ལ་གསུང་བཅོས་མི་བྱེད། དེ་ནི་དག་རྒྱུན་
ཞིག་ལ་ཐོན་སྐྱེས་བྱ་དམ་པ་ཞིག་གི་བྱིན་རྒྱབས་ཀྱི་དབང་གིས་ས་ཆ་འདྲིར་རོ་ལངས་སོགས་མེད་པར་
བཤད།^④ ཅེས་གསུངས་པ་སྐར་བཤད་སྟོལ་ཡོད་པས་བཅའ་པོ་དེ་སྐར་བདག་མི་བྱེད་པ་ནི་རྒྱུན་སྟོལ་སྐར་བྱར་
ཆགས་ཡོད། སྐར་ཐོག་མར་བཅའ་པོ་ལ་རེག་དགོས་ཆེ་འབྱུང་ཅིས་སུ་བཤད་པ་སྐར་མཐུན་གསུམ་ལོ་བ་
ཞིག་གིས་རེག་དགོས་ཀྱང་ཡུལ་འདྲིར་དེ་ལ་ངེས་པ་མེད་པར་བཤད། བཅའ་པོའི་སྐུམ་གྱི་སྐུམ་སྤྱིང་དུ་སྤྱོད་པ་
སྐར་དགུ་དང་འོད་དཔག་མེད་གྱི་ཞིང་གོང་སོགས་སྐྱེ་ཐང་གང་ཅུང་རེ་བཤམས་པ་དང་། བྱང་ཆུབ་ལམ་
རེམ་ཆེན་མོ་ཞལ་བྱེས་ཏེ་བཞུགས་པར་བྱེད་ཅིང་། སྐུམ་མགོའི་མདུན་ཅོག་སྤྱིང་དུ་མཆོད་མེ་འཛོག་ལ།
ཉེན་དེ་དག་གི་རིང་ལ་མཆོད་མེ་གཟིམ་དུ་མི་འཇུག་པའི་སྟོལ་ཡོད་པ་དང་། གཞན་པས་མཆོད་མེ་བྱེར་
འོང་བ་དག་ཀྱང་དེར་འཛོག་

གསུམ་པ། གཤིན་ཆོས་བྱེད་པའི་བརྒྱུད་རིམ།

གཤིན་པོ་དེ་ཉིད་ཉི་མའི་བྱི་རྩ་ལྷ་བྱར་མ་འཆོམས་ཆེ་དེའི་བྱི་ཉེན་ནས་ཐོག་མར་ངན་སོང་སྤྱོད་པའི་
རྒྱལ་པོ་ཀུན་རིག་རྣམ་པར་སྤང་མཛད་གྱི་བདག་མདུན་བྱུང་གསུམ་བདག་འཇུག་དང་བཅས་པ་ཉེན་
དང་པོར་གསུངས་པ་དང་། དེ་ནས་ཉི་མ་རེ་རེ་བཞིན་བྱ་བའི་ཁོམ་ལོང་དང་བསྐྱུན་ཏེ་དཔལ་ལགས་དང་བ་
འདུས་པ་དང་ཡི་དམ་རྩོ་རྩེ་འཇིགས་བྱེད་སྐར་བཅུ་གསུམ་མ། འཕགས་མ་གདུགས་དཀར་མོ་སྐར་བཅུ་བདུན་
མ་སོགས་ཀྱི་བདག་མདུན་བྱུང་གསུམ་བདག་འཇུག་དང་བཅས་པ་ཆ་ཚང་གསུངས་ཤིང་དེའི་རྩེས་གྱི་ཉི་
མ་དག་ལ་གཤིན་ཅིས་སུ་བབས་པའི་བཅའ་བ་སོགས་གསུངས་ཀྱང་། གཤིན་ཅིས་སུ་བཅའ་བ་མང་པོ་
མེད་ཆེ་བདག་འཇུག་ལྷ་མ་དག་ལས་ཀུན་རིག་སྐར་བྱ་རེ་བྱུང་ཡང་བསྐྱར་གསུང་བའི་སྟོལ་ཡོད་ལ། ཡིག་
ཆོགས་སྤྱིང་བྱེར་བདག་འཇུག་གསུང་རྒྱབས་ཀྱི་འདོན་པ་རེ་རེ་བཞིན་གསལ་པོར་མ་བྱས་སོ།

ཉེན་དེ་དག་གི་རིང་ལ་བྱིམ་མི་དང་གཉེན་ཉ། རུ་ལྷེ་བ་སོགས་ཀྱིས་མ་ཉི་འདོན་པ་སོགས་ཆོས་བྱེད་

③ བཅའ་པོ་བདག་བྱས་པའི་དོན།

④ རྫོག་པ་སྐལ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་ལགས་ལ་བཅའ་འདྲི་ཞུས་པ་ལས་དྲངས།

ལ། ཉི་མ་རེ་རེའི་ས་སྔོན་ཙམ་དུ་བྱིས་མི་གཉིན་ཉི་དང་ཅུ་ཟླ་བ་སོགས་འདུས་ནས་ཨ་མཆོད་དགེ་འདུན་
 བ་རྒྱལ་གྱིས་ཡུལ་འདིར་དངོས་བརྒྱད་ཀྱི་ཆས་འབྲེལ་ཡོད་པའི་སྐྱ་མ་རྒྱལ་གྱི་སྐྱ་བསྟོད་དང་། འཇམ་
 པའི་དབྱངས་བསྟན་པའི་སྒྲོན་མེས་མཛད་པའི་མ་ཁྱེ་བསྐལ་བའི་དབྱངས་སྟན་གྱི་སྒྲོན་མེས་གདངས་དང་
 བཅས་མ་ཁྱེ་བསྐལ་ཞིང་། བྱིས་པ་རྒྱལ་གྱིས་ཀྱང་དེའི་རྩེ་སྐྱ་འབྲངས་ཉི་མ་ཁྱེ་དབྱངས་སྐྱ་གྱིས་ཉི་
 འདོན་བ་དང་། དེའི་རྩེ་སྐྱ་སེར་སྐྱ་གཉིས་ཀྱིས་མདོ་གདུགས་སྒྲོལ་གསུམ་སོགས་འདོན། ལྷ་བ་ཡིན་ན་ཕྱི་
 རྩེ་དུས་སྐྱ་ལྷ་གཤམ་དེའི་སྒྲོ་འགམ་སོགས་སྐྱ་དུང་ཁེར་འབྱུང་བྱས་ཉི་ལྷ་གཤམ་དེར་ལྷ་ཆོད་ཆོགས་ནས་སྒྲོན་
 ལས་རྒྱུ་ལྷ་སོགས་གསུང་བ་ལས་མ་ཁྱེ་བསྐལ་བའི་སྒྲོལ་མེད། དེ་ནས་ངོད་ཀྱི་པ་ཡུལ་གཤེན་ལྷག་ལྷ་ཅུར་
 མཆོན་ན་མ་ཁྱེ་བསྐལ་བའི་གདངས་དང་མ་ཁྱེ་གདངས་ཀྱང་མི་འདྲ་བ་གཉིས་ཀྱིས་སྒྲོན་ནས་འདོན་སྒྲོལ་
 ཡོད་པས་ཅུང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཁྱད་ཆོས་ཡོད།

དེ་ནས་གང་མགྲོགས་ཀྱིས་འཕོ་བ་འདེབས་པའི་སྐྱ་མ་ཁྱེ་བ་དང་དེ་ལ་སྐས་མགོའི་སྐྱ་མ་ཟེར། སྒྲོན་
 འཕྱོར་བ་སོགས་ཀྱི་དབང་གིས་སྐྱ་མ་གཅིག་ཙམ་ལས་ཁྱེ་ཐུབ་ཀྱིན་མེད་ནའང་དེང་སྐབས་སྐྱ་མ་དུ་མ་ཁྱེ་
 བཞིན་ཡོད། ལྷར་སྐས་མགོའི་སྐྱ་མ་ལ་སྐྱ་རྟ་སྐབ་གསུམ་སོགས་འདས་པོ་དེ་ཉིད་པོ་མོ་གང་ཡིན་ལྷར་དེའི་
 མཁོ་ཆས་ཆ་ཆོད་པའི་འབྲེལ་ཁྱེ་ཐུབ་ལ་འབད་ཀྱང་། དེང་སྐབས་དེ་ལྷར་ཐུང་བ་ལྷང་བ་ནས་མེད་པའི་ཆོད་
 དུ་ཡོད། དེ་ནས་གཤིན་རྩིས་ཐུང་བ་དང་གཞན་ཕྱག་མོ་ལྷང་བསྟན་ཁྱེ་བ་སོགས་ཐུང་དེ། དེར་བཅའ་བ་
 གང་ཡོད་དག་ཟླ་བ་དང་བྱིས་ཆོད་རང་གིས་ཐུང་རྒྱ་སོགས་གང་ཡོད་ཐུང་ལ། དེང་སྐབས་ཟླ་བ་ལ་ལར་
 གཤིན་རྩིས་ཐུང་དུ་བྱིས་ཆོད་རང་གི་ཕྱོགས་ཀྱི་མི་ཞིག་དང་། བྱིས་ཆོད་དང་འབྲེལ་བ་ཆེར་མེད་པའི་ཟླ་
 མི་ཞིག་ཟླ་མི་གཉིས་ཙམ་འགྲོ་བའི་སྒྲོལ་ཡོད་པ་ནི་ཁོ་བོས་ཀྱང་ཤེས་པའི་དུས་ཙམ་ཞིག་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་
 ཀྱི་སྐར་དེ་ལྷར་ཐུང་སྒྲོལ་མེད།

བཞི་བ། ལྷན་སྒྲོལ་གཞན་དག་གི་བརྒྱུད་རིམ།

དེ་ལྷར་ཉི་མ་ལྷ་ནས་བདུན་ཙམ་གྱི་བར་དུ་བཅའ་པོ་བྱིས་དུ་འཛིན་ཞིང་། དེའི་རིང་ལ་ལས་ཆེར་ཐག་
 ཉི་རིང་གི་གྲོགས་མཛའ་བཤེས་ཀུན་གྱིས་མཆོད་མེ་འཁྱེར་འོང་ལ། སྒྲོན་དུས་ལྷར་ན་མཆོད་མེ་ཁྱེར་འོང་
 མཁན་དག་གིས་བལ་དང་ནས་སོགས་ཉི་མ་ཁེའི་དངོས་པོ་མང་པོ་འཁྱེར་འོང་བའི་སྒྲོལ་ལྷར་དེང་
 སྐབས་ཀྱང་གམར་དང་ཤོག་སྒྲོར་སོགས་འཁྱེར་འོང་བ་ལ་མཆོད་མེ་འཁྱེར་ཟེར་ཞིང་། འདིའི་སྐབས་སྐྱ་

ཁ་བཏགས་ཤིག་བརྒྱུད་འོང་བ་ལས་འཐེན་སྒྲིལ་མེད། དེའི་ཉིན་གྱིས་དགེ་ཆན་དང་སྒྲ་སྒྲུལ་སོགས་ཀྱི་
མདུན་དུ་མཇལ་ཁ་ལྷུ་ཅུ་འགྲོ་སྐབས་སུ་ཁ་བཏགས་ཁ་མ་ཕྱིས་པར་སོང་ན་རྟེན་འབྲེལ་མི་ལེགས་པར་བརྩེ་
བ་ལྷ་བྱའི་བཤད་ཚུལ་ཡོད།

ཡང་ཡུལ་འདིའི་ཁ་དཔེར་ཡང་སྤྱིད་ཀྱི་ཉིན་མོར་འབོད་དགོས། །སྤྱི་གི་ཉིན་མོར་འཇུལ་དགོས། །
ཞེས་ཟེར་བ་ལྟར་ཅུ་ཕྱེ་བ་དང་གཉེན་ཉེ་འབྲེལ་སོགས་ཀྱིས་དེར་འདུས་ནས་ཁྱིམ་གྱི་ལས་ཀ་ཐམས་ཅད་
ལ་རོགས་རམ་བྱེད་པའི་སྒྲིལ་ད་ལྟ་འདྲ་ཡོད་ལ། ཉིན་དེ་དག་ལ་ལས་ཀའི་སོང་དང་བསྐྱུན་ཏེ་བྱད་མེད་
ཆན་བ་རྒྱམས་ཀྱིས་གང་མེར་མའི་དར་བྱུང་དང་། བལ་དར་འཁེལ་བ། ས་དམར་གྱིས་སྒྲུ་དཔར་བ་
སོགས་ཀྱི་ལས་བྱེད་ལ། སྐབས་འདིར་སྒྲུ་འདི་འོག་དུ་ཨ་ཡིག་མི་དཔར་བར་ནས་འབྲུ་རེ་འཛོག་ རྩོན་ཡིན་ན་
མ་ཆེ་དཔར་ཡོད་པའི་དར་བོ་ཆེ་ཞིག་ངེས་པར་དུ་འཐེན་བ་ལ་མ་ཆེ་འཐེན་ཞེས་བཤད་ཀྱང་། དེང་སྐབས་
དགོན་པའི་སྤྱིང་མཐའ་དང་ཕྱེ་བའི་མ་ཆེ་ཁང་རྒྱམས་སུ་མ་ཆེ་འཁོར་ལོ་རེ་བཞག་ནས་འབྲུས་པར་བྱེད་
བཞིན་པའདྲ་ཡོད། འདི་ནི་དར་རྩོག་གི་ཕན་ཡོན་ཅན་མ་ཡིན་པར་ཡུལ་མི་དང་ལམ་འགྲོ་བ་སོགས་ཀྱིས་
མ་ཆེ་འདོན་བ་དང་བཟོ་བ་བྱེད་བ་ལྷ་བྱ་སོགས་ཀྱི་དགོས་པ་མང་དུ་ཡོད་བ་ཆན་བ་རྒྱམས་ལ་རྒྱུང་ལྟར་
གསལ་བ་བཞིན་ལོ།

དེ་ནས་ཅུ་མགོར་འགྲོ་བའི་^⑤ སྤྱི་ཉིན་རང་གི་ཕྱེ་བར་རྒྱུད་གནས་འཛིན་རྒྱ་དང་། དེའི་སྤྱི་ཉིན་ཅན་
དུ་ཅུ་ཡས་མས་དག་ལ་རྒྱུད་གནས་པའི་སྐལ་སྐྱེལ་སྒྲིལ་ཡོད་བ་དེ་ལ་ཕྱོམ་སྐལ་སྐྱེལ་བ་བེད། ཅུ་ཡས་མས་
དག་གིས་ཀྱང་ཕྱེ་བ་དང་ཁྱིམ་ཚང་གི་འབྲེལ་བ་བཟང་མིན་ལ་མི་ལྟོས་པར་རྒྱུད་གནས་འདུག་མཐན་དང་
འདུག་མོས་མེད་པའི་གནས་ཚུལ་དམིགས་བསལ་བ་མེད་ཆོ་ཕྱོམ་སྐལ་སྐྱེད་ཏེ་རྒྱུད་གནས་སུ་འདུག་ རྩོམ་
སྐལ་སྐྱེལ་བའི་དུས་ཚོད་ཀྱང་གཏན་ཁེལ་ལྷ་བྱར་ཆགས་ཡོད་པས་ལེན་མཐན་གྱིས་ཀྱང་དེའི་ཕྱི་ཉིན་ལ་རྒྱུད་
གནས་སུ་འདུག་ཨེ་ཐུབ་ལ་འབད་པར་བྱེད།

ཨ་བ། བེམ་པོ་ཕྱིར་འདོན་པའི་བརྒྱུད་རིམ།

དུར་གདབ་པ་ལ་ཐོག་མར་ཐོན་འགྲོའི་ཚུལ་དུ་རིམ་གྲོ་དང་གཞིག་བྱེད་རྒྱུའང་མང་བོ་ཡོད་དེ། དུར་

⑤ ཅུ་མགོར་འགྲོ་བའི་དུར་གདབ་དུ་འགྲོ་བའི་དོན་ཡིན་ལ་ཡུལ་གཞན་དུ་སྐར་མར་འགྲོ་བ་བེད།

གདབ་པའི་ཐུ་ཉིན་ཐོན་དུས་ཡིན་ན་རྟ་གཡག་དང་། དེའི་རྩེས་སུ་ཤིང་རྟ། དེང་སྐབས་རྟ་གཡག་འཁོར་
ལོ་རྩ་བུ་ཚགས་སུ་རྒྱུད་པ་བྱས་ཏེ་གཤིན་པོའི་བཅའ་པོ་དུར་ཁྲོད་དུ་ཁྱེར་བར་བྱེད་ལ། དུས་ལུགས་རིང་བོར་
ན་པའི་ནད་པ་རྩ་བུ་ཡིན་ན་གཉེན་ཉེ་དག་གཤིན་སྐར་གྱི་ཐུ་ཉིན་འཛུལ་ཏེ་བཅའ་པོ་གཙང་མར་བཀྲུ་བ་
སོགས་བྱེད་པའང་ཡོད་ལ་དེས་པར་དུ་དེ་རྩུར་བྱ་དགོས་པའི་དེས་པ་མེད།

བཅའ་པོ་འཁྱེར་བའི་ཆོའང་ལ་བ་དང་བལ་ཕུར་སོགས་ཀྱིས་ཡོལ་བའི་ཚུལ་དུ་ཚྭ་གས་གང་ཅུང་ལ་གཡོལ་
དགོས་པ་རྩ་བུ་གཤིན་ཅིས་སུ་བཤད་པ་རྩར་བྱེད་ལ། བཅའ་པོ་ཐུ་ཉིན་འཁྱེར་སྐབས་བཟའ་མའི་ནད་དུ་དེར་
འགྲོ་མི་ཅུང་བ་རྩ་བུ་གཤིན་ཅིས་སུ་འབབ་རྒྱ་ཡོད་པས་དེར་བབས་ཆོ་ལས་འཇུག་བྱེད་དུ་མི་འགྲོ། དུར་
གདབ་པའི་ཉིན་ནམ་མ་ལངས་གོང་ནས་བཅའ་པོ་ཁྱེར་འདོན་པའི་ཐོན་འགྲོ་རྣམས་ཀྱིས་རྩེས་མ་མཚན་དག་
འདུན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཟླ་བ་རྒྱུད་མཚན་པ་སོགས་གསུངས་ཤིང་། དེའི་མཇུག་དུ་བཀྲུ་ཤིས་བཞེགས་པ་དང་
དེའི་གཡང་འབོད་གསུང་བཞིན་པའི་སྐབས་སུ་བཅའ་པོ་ཁྱེར་འཁྱེར་ལ། ཐོན་ཡིན་ན་བཅའ་པོ་ལ་^⑥ རྩ་བུས་
ལེགས་པར་གཙུག་དེ་རྟ་གཡག་སོགས་ལ་འགེལ་ཞིང་། འགེལ་དུས་ཀྱང་བཅའ་པོའི་མགོ་རྟ་སོགས་ཀྱི་གཡོན་
ཚྭ་གས་སུ་ཐོན་པ་དང་ཤིང་རྟ་དང་རྟ་གཡག་སོགས་སུ་ཉལ་བའི་ཚུལ་གྱིས་བཞག་སྟེ། ཕྱག་རྒྱ་དང་གང་
མེར་མ་གཉིས་མདང་ཤིང་ཐུང་དུ་ཞིག་དུ་བཏགས་ཏེ་བཅའ་པོའི་ཐོན་དུ་བསྐྱེད་སྐྱོར་ནས་འགྲོ།

ཁྱིམ་གྱི་བཅའ་པོ་བཞག་ལུལ་དུ་བྲེ་དང་འཐེན་སྐྱེས་སོགས་གང་ཅུང་དུ་ནས་ཀྱིས་གང་བའི་ནད་དུ་
གཤོལ་བྱགས་ལ་བལ་གྱིས་དཀྱིས་པ་ཞིག་བཞག་སྟེ། དེའི་འགམ་དུ་རྩ་བུ་དང་མཚན་མེ་ཞིག་ཀྱང་འཛོག་ལ།
དེ་ནས་གཤིན་ཅིས་སུ་བཅའ་པོ་གཡོལ་དགོས་པ་དང་གཡོལ་ཚྭ་གས་སོགས་ཡོད་ན་དེ་རྩུར་བྱ་དགོས་ལ།
གཞན་གཤིན་ཅིས་སུ་འབབ་པའི་ཆོ་ག་རྣམས་འེ་རེ་བཞིན་མ་བྱིས་སོ།

དེ་ནས་སྐོ་རྩེས་སུ་ཟླ་མི་པོ་མོ་རྟ་གཞན་ཡོངས་འཛུལ་ཏེ་མ་ཉི་དབྱངས་སུ་གྱེར་བཞིན་ཐོག་མར་
འདས་པའི་བཅའ་པོ་མ་ཉི་ཁང་གི་མདུན་དུ་འཁྱེར་འོང་ནས་མགོ་མ་ཉི་ཁང་ལ་བསྐྱོར་ནས་ཕྱག་བྱེད་པའི་
ཚུལ་ཙམ་བྱས་ཏེ་ཟླ་མའི་བར་དུ་སྟེལ་མ་བྱེད་ཅིང་། འདས་པའི་ཕ་བུ་མ་དང་ཆོ་བོ་ཆོ་མོ་སོགས་ཕྱི་རབས་
བ་དག་གིས་བཅའ་པོ་སྟེལ་བཞིན་པའི་རྩེས་སུ་ཕྱག་འཚལ་ཏེ་དག་ནས་ཀྱང་དྲིན་ཆེན་པ་མའི་དྲིན་ལན་གྱི་

⑥ ལ་ནི་འདིར་ལ་བའི་སྟེ་མིང་ཙམ་ལ་མི་གོ་བར་བལ་གྱི་ཐགས་པའི་ཐོན་མ་མདོའི་ལུལ་དུ་དར་ཆེ་བའི་བོད་ལ་ཞིག་
གི་མིང་།

ཆེད་དུ་ཞེས་སོགས་ཟེར་རོ།

འདས་པོ་དེ་ཉིད་ཟུ་བ་ཡིན་ན་ཟུ་ཆང་ཡོངས་དུར་ཁྲོད་དུ་ཕེབས་སྒོལ་ཡོད་ལ། དགེ་ཆན་སོགས་ཐོབ་ཐང་དམིགས་བསལ་བ་ཡིན་ན་དགེ་ལྷན་ཆོས་གདུང་འདྲེན་བྱེད་ཅིག་བཅོས་ནས་མི་བཞི་བཞི་རེས་སུ་འཁོར་ཏེ་ཕྱག་པར་ཁུར་ནས་དུར་ཁྲོད་དུ་འདྲེན་སྒོལ་ཡོད་པ་དང་། ཟུ་ཆང་གིས་དམིགས་བསམ་མ་གདངས་དང་བཅས་ཐོག་མར་འདས་པོའི་གདུང་འདུལ་ཐང་ཤང་ནང་དུ་དངས་འོང་སྟེ་མགོ་འདུལ་ལ་བསྐྱར་ཏེ་ཕྱག་བྱེད་པའི་ཚུལ་ཅས་བྱས་ཏེ་འདྲེན་ནོ།།

དེ་ནས་ཟླ་བའི་བྱིས་ཆང་རེ་རེ་ནས་ཆན་པ་ལུས་སྟོབས་མ་ཉམས་པ་དང་གཞོན་པ་འདར་མི་ཆད་དུ་བྱིན་ཡོད་པའི་སྟེས་པ་རེ་ལས་གཞན་རྣམས་ཀྱིས་དེར་ཆ་གསུར་ལུང་དེ་བཅུ་པོ་ལ་བསྐྱར་བ་བྱེད་ཅིང་བཅུ་པོ་སྟེལ་མཁན་རྣམས་མི་མངོན་པའི་བར་དུ་མ་ཁི་དབྱངས་སུ་གྱེར་བ་སོགས་བྱས་ཏེ་མཐར་རང་རང་གི་བྱིས་དུ་འགོ་བ་དང་། སྟོད་སྟག་བྱུང་པའི་བྱིས་ཆང་དུ་རོགས་བྱེད་མཁན་རྣམས་དེར་འགོ་བ་ལས། ཟླ་མི་ཆན་པ་དང་དར་མ་དག་ལས་མང་ཕྱོགས་སྤྱང་གནས་ཡིན་པས་མ་ཁི་འདྲོན་པ་སོགས་ལས་ངག་ཀྱལ་གྱི་གཏམ་བཤད་པ་རྩ་བུ་ཐོས་དཀའ་བའི་ཆོད་དུ་ཡོད།

སྐབས་འདིར་ཟླ་མི་པོ་མོ་ཆན་གཞོན་དང་བྱིས་ཆང་གི་འབྲེལ་བ་བཟང་མིན་ལ་སྟོས་པ་མེད་པར་བཅུ་པོ་ལས་ལ་འཇུག་དུ་མི་འོང་མཁན་གཅིག་ཀྱང་མེད་དེ། ཁ་དཔེར། རང་གི་ཕ་ཟླ་བ་འདི་གསོན་པོ་ཡུལ་ལ་ལེན་མཁན་དང་། ཤི་པོ་ཕ་ལ་སྟེལ་མཁན་ཡིན། ། ཟེར་བ་རྩར་དེར་མ་འོང་ཆོ་སྟེལ་གྱང་དེ་ལ་རྩ་ཚུལ་ལག་པོ་མི་འཛིན།

འདིའི་ཉིན་བཅུ་པོ་ཕྱིར་མ་བཏོན་གོང་དུ་ཟླ་བའི་བྱིས་ཆང་སོ་སོ་དང་ཕྱོགས་གཞན་གྱི་གཉེན་ཉེ་ཆོས་སྟོ་ཆེན་སྟེང་དུ་སྟེ་པོ་ཞིག་ཁ་སྐབས་སུ་བསྐྱར་ཏེ་དེའི་ཐོག་དུ་བཀའ་བ་པའི་སྟེང་གི་ཞིག་འཛོར་ནས་འཛོག་ལ། སྟོ་ཆེན་གྱི་ཀ་བ་ཕྱི་མར་ཟོར་རྒྱུང་ཞིག་འཛོར་ནས་འཛོག་ལ་སྟོན་དུས་སུ་ཟོར་རྒྱུང་དེ་རྒྱུན་དུ་བཞག་ཡོད།

རྒྱལ་པ་དུར་གདབ་པའི་བརྒྱུད་རིམ།

དུར་གདབ་པ་ནི་གཤིན་པོའི་ཕུར་རམ་བཅུ་པོ་མེད་པར་བཅོ་བ་ལ་ཟེར་ཞིང་ཡུལ་གཞན་དུ་དེ་ལ་སྐར་མ་བྱེད་པ་ཟེར་ཡང་འདིར་ཕ་མགོར་སྟེལ་བ་ཟེར། དེ་ལས་དུར་དང་ཆུ་དུར། མེ་དུར། ཆུང་དུར་རམ་ཆུ་

གཡེང་སྟེ་བཞི་ཡོད་པ་ལས། དུལ་འདིར་བྱ་གཡེང་བྱེད་པ་ལས་ང་བརྒྱུད་གྱི་སྐབས་སོགས་དམིགས་བསལ་གྱི་གནས་ཚུལ་འོག་ཏུ་ས་དྲར་བྱས་པའི་གཏམ་ཡོད་པ་ལས་ཐུ་དྲར་དང་མེ་དྲར་བྱས་པའི་མོ་རྒྱས་པལ་ཆེར་མེད་པ་ལྟ་བུར་སྒྲུང་།

དེ་ཡང་གཤིན་ཚེས་སུ་དམིགས་བསལ་གྱི་དུས་ཆོད་བཤད་མེད་ཆོ་ནམ་མ་ལངས་ཅམ་ལ་དུར་ཁྲོད་དུ་འཕྱོར་བར་བྱེད་ལ། དུར་ཁྲོད་དུ་འཕྱོར་མ་ཐག་ལེན་པོ་སར་མི་འཛོག་པར་སྟོན་ལ་ཨ་མ་མཆོད་དགེ་འདུན་པ་ཞིག་དེར་ལེབས་ཏེ་གང་སེར་མ་སོགས་གསུངས་ཤིང་། རུལ་ཆོན་དང་རྒྱ་སྒྲུལ་དགེ་བཤེས་རྣམ་པའི་ཕྱག་ནས་སོགས་གཏོར་པའི་རྩེས་སུ་ལེན་པོ་འཛོག་ལ། ལེན་པོའི་འོག་ཏུ་བལ་གཙང་མའི་གདན་བཀོངས་ནས་འཛོག་ཅིང་། ཁྱིམ་པ་པོ་མོ་རྣམས་ལས་པོ་ཡིན་ན་ཁ་སྐབས་སུ་འཛོག་པ་དང་མོ་ཡིན་ན་ཁ་གནམ་དུ་བསྐོར་ཏེ་འཛོག་ལ། དེ་ནས་ལེན་པོའི་ཐོག་ཏུ་ཕྱག་ལ་རྩ་བཀའ་སྟེ་དེའི་སྟེང་དུ་ཕྱག་ཐམ་^⑦ འགེབས་ཤིང་། འདས་པོ་གྲུ་བ་ཡིན་ན་སེང་གེ་ཉལ་སྐབས་ཀྱིས་བཞག་པའི་ཐོག་ཏུ་བལ་ཕྱར་སོགས་བཀའ་པའི་སྟེང་ཆོས་གོས་དང་ཕྱག་ཐམ་སོགས་འགེབས།

དེའི་སྐབས་སུ་ལེན་པོའི་མགོའི་འོག་ཏུ་དེའི་གསུམ་འཛོག་ལ། ཤན་ཤོན་ཆོར་རྩོད་གསུམ་པོའི་སྟེང་དུ་མགོ་མ་བཞག་བར་དུ་འཕྱར་མེད་ཡིན་ཞེས་བཤད་སྟེ་ཡོད་པ་དེའང་དེར་ཟེར་གྱིན་ཡོད་འདུག དེའི་སྐབས་སུ་ལེན་པོའི་ཡན་ནས་རི་ངོས་སུ་དྲང་མོར་བལ་གྱི་རྩ་ཐག་རིང་བོར་འཐེན་ཏེ་དེའི་ཁར་དུ་སྒྲུབ་གཤམ་ནས་བཞགས་ལ། དེའི་སྟེང་དམ་སྟེ་ཏུ་གང་སེར་མ་འཛུགས་ཤིང་། ལེན་པོ་འཛོག་ལུགས་ལ་གྲུ་བ་དགེ་འདུན་པ་དང་སྟེམ་པ། སྟེམ་མ་གསུམ་མགོ་པོའི་ཆད་ཅམ་རེ་ཡས་མས་བྱས་ཏེ་འཛོག་ལ། དེ་ནི་གྲུང་ཐང་འཇམ་པའི་དབྱངས་བརྒན་པའི་དབང་ཕྱག་དཔལ་བཟང་བོ་མཆོག་གིས་དུར་ས་གཅིག་གྱུར་གནང་སྐབས་ཀྱི་ཕྱགས་བཀོད་རྩེར་བྱས་པ་ཡིན་འདུག འདི་སྟེམ་པ་ལྷང་གཞིར་བྱས་ནས་བཤད་པ་ལས། གཤེན་ཕྱག་གི་བརྒྱ་ཤིས་གཡང་རའི་སྐོར་ནས་གསལ་ཁ་མེད།

དེ་ནས་ཐེ་བརྒྱུད་མཆོད་པ་དང་དཔལ་ལྷན་ས་གསུམ་མ། སྐབས་གསུམ་པ། སྟོན་ལམ་རྣམ་ཐེ་དང་ཆོ་གསུར་སོགས་གསུང་ཡང་སྐབས་འདིར་བསང་ཕྱད་པ་ཅམ་ལས་ཐེ་བརྒྱུད་མཆོད་པའི་རྩ་བཤོས་ལས་ཀྱིན་

⑦ ཕྱག་ཐམ་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཕྱག་རྩེས་དང་ཞབས་རྩེས་ལ་ཟེར།

མེད། ⑧ ཅེས་ཨ་ཁྲའི་བཀྲ་ཤིས་རྒྱ་མཚོ་ལགས་ཀྱིས་གསུངས་ལ། དེ་ལྟར་གྲུབ་རྗེས་པ་ཁར་སོང་ནས་ཉི་མ་
ཁ་འབབ་པའི་བར་ནངས་ཇ་སོགས་འབྱུངས་ནས་སྡོད་སྡོད་བྱེད་པ་དང་། ཇ་ཁ་གསུམ་གའི་སྐབས་སྐབས་
སྲུ་བ་ཁའི་འགྲམ་ཉག་ཉག་ནས་ཚ་གསུར་ཞིག་ལྷུང་པ་དང་དེའི་ཟུར་དུ་ཇ་ལྷུང་ཅིག་ཀྱང་འཛོག་ དེ་ནས་
ཉི་མ་ཁ་བབས་རྗེས་བེམ་པོ་ལ་དམར་ཁ་བརྟོད་ནས་བྱ་གཡེང་བྱེད་ལ། བེམ་པོའི་ཤ་རྒྱམས་ཡོངས་སྲུ་མ་
རྫོགས་བར་དུ་ལྷུང་པ་བདག་བྱས་ནས་འཛོག་

མཐར་བེམ་པོའི་ཤ་རྒྱམས་ཡོངས་སྲུ་རྫོགས་པ་ན་ཕུས་པའི་སྤྱིང་དུ་རྩམ་པ་གཏོར་ནས་བརྟུངས་ཤིང་།
རྟུང་གྲུབ་རྗེས་ལྷུང་པ་ཕུས་པའི་སྤྱིང་དུ་སྒྲགས་ནས་བྱ་སྡོད་ལ་བཟའ་བྱ་འཇུག་པ་དང་། བྱ་མི་འཁོར་བ་
སོགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ལྷུང་ཆེ་མི་དུར་བྱེད་པ་ལས་ས་དུར་བྱེད་མི་དུར་བེར་ཡང་། དེ་ལྟར་བྱེད་དགོས་པའི་
གཏམ་ད་ལྷ་མ་ཐོས་ཞེས་རྟོག་པ་སྐལ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་ལགས་ཀྱིས་གསུངས་ལ། དེ་ནས་དུར་གདབ་པའི་བྱ་
བ་རྒྱམས་གྲུབ་ནས་ཕྱི་རྩོར་ཡུལ་དུ་འགྲོ་ཁར་མ་ཉེ་བསྐྱལ་བ་དང་གདུགས་དཀར་སོགས་གསུངས་ཏེ་ཕྱིར་
ལོག་པ་རེད།

བདུན་པ། སེལ་རྒྱག་པའི་བརྒྱུད་རིམ།

དེ་ནས་ཕ་མགོ་བ་དག་ཡུལ་དུ་འབྱོར་འཕྲལ་ཞེ་བའི་མ་ཉེ་ཁང་དང་བྱིས་ཚང་དེ་གའི་སྡོག་དང་དང་།
ཡང་ན་འདས་པོ་གྲ་བ་ཡིན་ན་དགོན་པའི་སྒྲགས་རིའི་མཚམས་སྲུ་འོངས་ནས་སེལ་རྒྱག་དགོས། སེལ་རྒྱག་
པ་ལ་ཤུལ་དུ་འདུག་མཁན་རྒྱམས་ཀྱིས་ལྷ་རྩོ་ནས་མེ་ལུང་གཉིས་ཀྱི་ནང་དུ་རྩོ་དཀར་ནག་གཉིས་པོ་རྟོག་
མ་གསུམ་རེ་བཟེགས་ནས་གྲ་སྒྲིག་བྱས་ཏེ་ཡོད་ལ། སེལ་དཀར་ནག་གཉིས་རྒྱག་ཚུལ་ལ་ཐོག་མར་རྒྱ་རྒྱང་
པའི་ནང་དུ་མེ་ནང་ནས་བརྟོན་པའི་རྩོ་ནག་གསུམ་པོ་འཕང་སྟེ། དེ་ལ་སྒྲང་མ་དང་རེ་རྒྱག་ བང་ཁྲོམ།
བོང་ང་། སོགས་དུག་སྒྲ་ཅན་གྱི་ཆེ་ཤིང་རྒྱམས་ཆེད་པ་ནག་པོས་བཟུམས་ནས་ཡོད་པས་སེལ་རྒྱ་གཏོར་ཏེ།
སེལ་ནག་གིས་ཁ་ལག་བརྒྱ་བ་དང་། དེའི་རྗེས་སྲུ་སེལ་དཀར་རྒྱག་པ་ལ་རྒྱའི་ནང་དུ་འོ་མ་རྒྱང་ཙམ་སྒྲགས་
ཡོད་པའི་ནང་དུ་དེ་བཞིན་རྩོ་དཀར་གསུམ་པོ་འཕང་སྟེ། དེ་ལ་འཁན་པ་དང་སྲུར་དཀར་ཤུག་པ་སོགས་
སྒྲན་སྒྲ་ཅན་གྱི་ཆེ་ཤིང་མང་བོ་བལ་དཀར་པོས་བཟུམས་ནས་ཡོད་པས་སེལ་རྒྱ་གཏོར་ཏེ། སེལ་དཀར་

⑧ ཨ་ཁྲའི་བཀྲ་ཤིས་རྒྱ་མཚོ་ལགས་ལ་བཅར་འདྲི་ཞུས་པ་ལས་དངས་།

གྲིས་ཁ་ལག་བསྐྱབས་བྱེད་དེ་བྱིས་ཚང་དང་བྲ་ཤག རང་ལུལ་སྐྱེས་སུ་འགྲོ་བ་ལས་ཐད་ཀར་གང་སར་
མི་འགྲོ་ལོ།

བརྒྱད་པ། མང་ཇ་དང་ཐོད་ཕྱས་བདག་བྱེད་པའི་བརྒྱད་རིམ།

མང་ཕྱོགས་གྲིས་ཏུ་མགོ་འཁྱེད་དགོན་པར་མང་ཇ་འཛིན་ཨ་བྱུང་བལྟ་ལ། མང་ཇ་འཛིན་པར་མི་
ཉུང་ཙམ་ལས་མི་འགྲོ་ཞིང་། མང་ཇའི་འདོན་པ་ལ་ཀུན་རིག་གསུང་བ་ནི་ཕལ་ཆེར་རྒྱུན་སྒོལ་ལྟ་
ཆགས་ཡོད་ཀྱང་། ཆོས་བཙུན་ལྟེ་དུས་བཟང་ལྟ་བུའི་དམིགས་པ་དང་འཕད་ཡོད་དུས་དེ་ལྟར་གདུགས་
དཀར་གྱི་བདག་འཇུག་གསུང་བ་ལྟ་བུའང་ཡོད་ལ། དེའི་སྐབས་སུ་སྐོར་དང་སྐོར་ལམ་ནས་ལྟ་སྐྱོད་སྐྱོད་
གསུངས་ཀྱང་རེ་རེ་བཞིན་མ་བྱེས།

ཏུ་མགོ་འཁྱེད་མ་དང་མང་ཇ་གཉིས་ཉིན་གཅིག་ལ་བྱེད་བྱུང་ཆོ་ཆོགས་ནས་ཕྱས་ཆོག་གསུང་སྒོལ་ཡོད་
ཀྱང་དུར་ཁྲོད་དུའང་ཨ་མཚན་གྱིས་མི་འབྲུགས་པའི་སྒོ་ནས་ཕྱས་ཆོག་བྱས་ཏེ་ཐོད་ཕྱས་དེ་འདོན་པའི་
སྐབས་དང་བརྒྱུན་ནས་མཚན་མའི་མེ་ལ་བསྐྱེད་ཏེ་བྱིར་བྱིར་འོང་ལ། དེའི་ལྗེད་དུ་ཞེ་དགུའི་ཁྱུས་ཆོག་
སྐྱོད་སྐྱོད་པར་བྱས་ཏེ། ཞེ་དགུའི་ཆོ་ག་རྒྱུས་པར་བྱས་ཐོས་ཐོད་ཕྱས་གྱིས་སྒྲོལ་དཔར་ནས་དགོན་མཐའ་
དང་མ་རྒྱུ་འཁོར་ཁང་སྐྱོད་སྐྱོད་པར་བྱས་ལ། ལ་ལས་དེའི་བྱེད་ཙམ་བདག་བྱས་ཏེ་དུར་ཁྲོད་ཅ་ཆེན་དང་
ལྟ་སྐྱོད་སྐྱོད་པར་བྱས་འགངས་ཆེན་ལ་འབྱེར་བའང་ཡོད།

དགུ་པ། ཞེ་དགུ་དང་འདུན་བྱེད་པ་སྐྱོད་ཏེ་བརྒྱད་རིམ།

དེ་ལྟར་དུར་གང་པ་པའི་བྱི་ཉིན་ནས་ཨ་མཚན་གཅིག་ལ་ཁོང་གི་ཤག་ཏུ་མར་རྩམ་སྐྱོད་བྱིར་ནས་
ཉིན་ཞག་ཞེ་དགུའམ་ཉེར་གཅིག་གི་རིང་ལ་ཡི་དམ་རྩི་རྩི་འཛིགས་བྱེད་དཔའ་བོ་གཅིག་པའི་ཆོ་གའི་སྒོ་
ནས་ཁྱུས་ཆོག་གསུངས་ཤིང་། དེ་ལ་ཆོ་ག་དང་དེ་འདོན་མཐན་ལ་ཆོག་འདོན་ཨ་མཚན་ཟེར་ལ། རྩི་
དུས་སུ་ཨ་ཁུ་དེ་བ་ཆང་དེད་ཀྱི་འདས་པའི་ཆོག་འདོན་ཨ་མཚན་ཡིན་ཟེར་ནས་ཅིས་ཆེན་བྱེད།

འདིའི་རིམ་པ་རྣམས་རྒྱུས་པར་བྱས་པ་ལ་ཆོ་ག་རྒྱུས་བྱེད་པ་ཟེར་ལ། ཉིན་འདིར་དགེ་འདུན་པའི་
ཐེ་ཡན་རང་བྱིས་དུ་ལུས་ཏེ་ཀུན་རིག་གི་བདག་འཇུག་ཅིག་ལེན་ནོ། །དེའི་རིང་ལ་བཟའ་མི་དང་གཉེན་
ཏེ། ཤ་ཉེ་སྐྱོད་ཏེ་སྐྱོད་སྐྱོད་པར་བྱས་ཏེ་སྐྱོད་སྐྱོད་པར་བྱས་ཏེ་སྐྱོད་སྐྱོད་པར་བྱས་ཏེ་སྐྱོད་སྐྱོད་པར་བྱས་
ཀྱང་ཁ་སྐྱོད་དང་སྐྱོད་སྐྱོད་པར་བྱས་ལ། མཚན་དང་རྒྱུན་ཆ་མི་འདོག་པ། ཐ་ན་སྐྱོད་སྐྱོད་ཀྱང་ཕོ་མོ་གང་ཞིག་

གིས་ནམ་རྒྱན་ལྷ་རྩེས་སུ་མི་དབྱང་བར་སྤྱན་དུ་མདུད་པ་དང་ཐུང་ཙམ་དབྱངས་པ་ལྷ་བྱ་བྱེད་པའི་སྒོལ་
དེང་སྐབས་ཀྱང་ཡོད།

དེ་ལྷ་ལོ་ཕྱི་མའི་རྒྱ་བ་དང་པོའི་ཚོས་བཙུག་པོའི་བར་བཟའ་མི་གཉེན་ཉེ་དང་ཤ་ཉེ་སྐྱེས་ཀྱིས་སྤྱ་གར་
ལ་མི་རོལ་ཞིང་། སྤྱོད་གསེང་སྐྱེས་དགའ་དགའ་སྦྱིད་སྦྱིད་བྱེད་སར་མི་འགྲོ་ལ། དེ་ལྷ་འདུན་བྱེད་ཡོད་
པ་དག་ལ་བྱེད་སྤྱོད་དུ་འགྱུར་པར་སྐུལ་མཁའ་མི་བྱེད། དེ་ལྷ་བྱས་ཆོ་འདུན་བྱེད་མཁན་ལ་བཙུག་
བཀྲར་མ་བྱས་པ་དང་རང་ཉིད་ལ་མིའི་འགྲོ་ལུགས་མ་ཆགས་པའི་ལྷ་རྩལ་འཛིན་སྤྱིད།

ཁྱིམ་ཆང་དེར་ལོ་དེ་ལ་ལོ་སར་ཡང་མེད་པས་སྤོན་ཡིན་ན་ལོ་སར་གྱི་ཉིན་མོ་ཤ་ཉེ་དང་སྐྱེས་པོ་
སྐྱེས་པོར་ནས་ཐབ་དུ་མི་གཏོང་བ་དང་ཟ་མ་གཡོ་བ་སྐྱེས་བྱས་རྩེས་སེམས་གསེའི་གཏམ་དང་བཅས་
མལ་ལས་སྤོང་བའི་སྒོལ་ཡོད་ལ། དེ་ནས་ཐག་རིང་ཐུང་གི་གཉེན་ཉེ་དུ་དང་སྐྱེས་མཛའ་བཤེས་དག་
གིས་ཀྱང་ལོ་སྐུལ་འབྱེད་འོང་བས། སྤོན་ལྷ་དེ་འདུའི་འཐུས་ཆང་མེན་ཡང་དེའི་སྒོལ་ཙམ་དུ་དེང་སྐབས་
ཀྱང་ཐག་ཉེ་སྤྱོད་ལྷ་བྱ་བྱེད་ན་ལོ་རྒྱུད་གི་ཉི་ཤུའི་ནང་ཙམ་ནས་ལོ་སྐུལ་འབྱེད་འོང་ལ་དེར་ལོ་སར་འབྱེད་
བ་ཟེར། དེ་ནས་ལོ་གསུམ་ཙམ་ལ་ལོ་རེ་རེ་བཞིན་རབ་ཡིན་ན་འདས་པའི་དུས་སྐར་དང་དེ་མ་ཅུས་ཆོ་
སྤོན་དུས་ཤིག་དུ་ཡང་སྤྱོད་པར་སྤྱོད་གནས་ཤིག་འཛིན་ལ་དེའི་སྐབས་སུ་ཙམ་སྐུལ་སྐྱེས་སྤྱོད་སྒོལ་ཡོད་
པས་དེ་ལ་ཙམ་པ་བྱིན་ཞེས་བཤད།

བརྒྱུ་བྱེས་པའི་དུས་གདམ་པའི་བརྒྱུད་རིམ།

གལ་ཏེ་བྱེས་པ་ལོ་བདུན་ཙམ་གྱི་སྤོན་དུ་འདས་པ་ན་བྱེས་པ་ལག་དུ་མ་ཡོང་ཞེས་བཤད་སྒོལ་ཡོད་
ལ། དེ་ལྷ་བྱེས་ཆོ་འདས་བྱུང་ཆོ་དུར་ཁྲོད་དུ་མི་འཛོག་པར་རང་བྱིམ་མི་མཚོང་བའི་ས་སྤོང་གི་རི་འདབས་
ཀྱིས་དབྱིབས་སྐར་ཟུར་ཞིག་གི་གད་ཐེམ་དུ་བྱེས་པའི་བཅའ་པོ་འཛོག་པ་ལས་གཞུང་ཁྱུག་དུ་འོང་འཛོག་མི་
ཅང་། དེའི་སྤྱན་དུ་རྫོང་དང་གཡའ་ལེབ་རྒྱང་བ་རེ་བཞིགས་ནས་འཛོག་

དེ་ལྷ་བྱ་བའི་རྒྱ་མཚན་གང་ཡིན་ཞེན་སྤྱི་ཁ་ཆོད་པར་བཤད་དེ། སྤྱི་བྱུང་བ་ཞེས་པ་ནི་འདྲིའི་སྐབས་
སུ་བྱེས་པ་བྱི་མ་རྣམས་ཀྱང་དེ་ལྷ་ལོ་ན་རྒྱུད་དུས་ཤི་འགྲོ་བར་བཤད་སྒོལ་ཞིག་ཡིན། གཤམ་ན་ཅིས་སུ་དེ་
ལྷ་བྱུང་ཡོད་པར་བཤད་ཆོ་སྤྱོད་ཅེས་པའི་ཆོ་ག་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་པས་དེ་སྐྱེས་བཙའ་བ་གང་ཡོད་ཅིས་
མཁན་གྱིས་བཤད་པ་ལྷ་བྱེད་དོ།

མཆུག་གཏམ།

ད་ནི་རང་ཡུལ་མདོ་སྨད་ཀྱི་ལིང་ཡུལ་གྱི་འདས་མཆོད་བྱེད་པའི་བརྒྱུད་རིམ་མདོ་ཙམ་དོ་སྨྲ་བའི་
བའི་ཐོལ་གྱིས་མཆུག་བསྟེན་བའི་སྐབས་སུ་བབས་པ་ཡིན་ལ། སྤྱིར་འདས་མཆོད་ཀྱི་རིག་གནས་འདི་ལྟ་བུ་གི་
བ་ལ་རང་ཉིད་ཀྱི་ཡོན་ཆོད་འདི་ཙམ་དང་མི་རེ་བྱང་ཙམ་ལ་བཅར་འདྲི་བྱས་པས་འོང་བ་ཞིག་མ་ཡིན་ཡང་།
དུས་ཆོད་ཀྱི་ཁོམ་ལོང་སྐྱེས་སུ་སྤྱོད་དབང་གིས་འདི་ཙམ་གྱིས་འཇུག་པར་མི་བྱེད་ཐབས་མེད་དུ་
ཁྱུར་པ་དང་། འདིར་བཞག་པའི་ནང་དུ་ནོར་འབྱུལ་མང་ཙམ་བྱུང་ཡོད་པ་སྟོན་མེད་ཡིན་ལ། དེས་ན་རང་
ཡུལ་གྱི་བྱམ་མིན་འདས་མཆོད་རིག་གནས་འདི་ལ་རྒྱས་མངའ་ཟབ་པའི་དཔྱོད་ལྡན་དག་གིས་དགོངས་
འཆར་དང་ལམ་སྟོན་ལྷག་པོར་སྦྱོལ་བའི་རེ་བྱ་དང་། རྗེས་སུ་ལོང་དང་བསྟེན་ཏེ་བྱང་ཙམ་རྒྱས་པ་ཞིག་
ཟི་བྱུང་བའི་རེ་བ་དང་བཅས་མཆུག་རྫོགས་པར་བྱའོ།

བཅར་འདྲི་ཞུ་ཡུལ། རྒྱ་བ་སྐལ་བཟང་རྒྱ་མཚོ། ཡུལ་འདྲི་བྱེད་ཀྱི་མཚོ།

བཅར་འདྲི་དུས་ཆོད། 2015.10.4

དགའ་བདེའི་ཚྱོགས་ཀྱི་འདས་མཆོད་རྒྱུ་ལྷངས་སྐྱོར་ནས་རོབ་ཙམ་སློང་བ།

རག་དབང་བཙུག་འགྲུལ། དགའ་བདེ།

སློང་གཞི།

སྤྱིར་བཏང་འཇམ་སློང་ཤར་རུབ་ཀྱི་རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་གང་ཡིན་ཡང་རང་རང་ལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་འདས་མཆོད་རྒྱུ་ལྷངས་སྐྱོར་ཚོགས་ཤིག་ཡོད་ལ། དེ་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་རང་རེ་བོད་ལ་མཆོན་ནའང་། རྟོང་ཚྱོགས་མངའ་རིས་སྐྱོར་གསུམ་ནས་བཟུང་སྟེ་སྤྱི་ཚྱོགས་རྒྱལ་མོ་ཆ་བ་རོང་ལ་ཐུག་གི་བར་དུ་ཡུལ་ལྷང་སོ་སོའི་བྱེ་བྲག་དུ་འདས་མཆོད་རྒྱུ་ལྷངས་ལ་རིགས་མི་འདྲ་བ་དུ་མར་མཆིས་མོད། འདིར་སྐབས་དོན་དངོས་ནི་རང་གི་པ་ཡུལ་ཏེ་མགོ་ལོག་དགའ་བདེའི་ཚྱོགས་ཀྱི་འདས་མཆོད་ཇི་ལྟར་རྒྱུ་བ་པའི་སྐྱོར་ནས་རོབ་ཙམ་སློང་རྒྱ་དེའོ།

དང་པོ། རྒྱས་མགོའི་སྒྲ་མ་དང་སྐར་མ་བྱེད་པའི་སྐོར།

ཐོག་མར་མི་ཞིག་ཆོ་ལས་འདས་མ་ཐག་དུ་ཡུལ་དེའི་མི་མང་གིས་གོང་བཀུར་བྱེད་ས་དང་། གཤེན་པོ་ཁོ་རང་དང་འདུན་ཐབ་པའི་སྒྲ་མ་ཞིག་རྒྱས་མགོར་གདན་དྲངས་ཏེ་འཕོ་བ་གསུང་བའི་ཆོག་བྱེད། དེ་ཡང་བྱི་དབྱུགས་ཆད་ནས་ནང་དབྱུགས་མ་ཆད་པའི་དུས་ལ་འཕོ་བ་གདབས་ན། བཅའ་ཤེས་བྲལ་མེད་པས་རན་སོང་དུ་སྐྱེ་བར་དགག་རུས་པ་དང་། གསང་རྒྱགས་ཀྱི་ཐུན་མེན་ཐབས་ལམ་ལ་བརྟེན་ཏེ་རྒྱམ་ཤེས་བཙན་ཐབས་ཀྱིས་དག་ཞིང་དུ་སྐྱེལ་བའི་ཆོས་ཀྱི་མན་ངག་གི་སྒྲོ་ནས། ཆོ་འདས་ཀྱི་རྒྱམ་ཤེས་ལ་གསལ་བཏབ་སྟེ་འཕོ་བའི་དམིགས་རིམ་སྒྲོམ་དུ་བཅུག་ནས་གཤེན་པོའི་རྒྱམ་ཤེས་དག་པའི་ཞིང་དུ་སྤར་བ་སོགས་རྒྱ་མཚན་མང་པོ་ཡོད། རྒྱས་མགོའི་སྒྲ་མས་འཕོ་བ་བཏབ་རྗེས། དུས་རྒྱུད་ངེས་ཅན་ཞིག་ལ་བཅའ་པོ་མི་སྤུལ་བར་ཆ་ཤས་ཡོངས་རྫོགས་ནས་དོན་ཚྭ་ཆར་དུས། ད་གཞིང་མི་འབྱུགས་པའི་ཆོག་གསུངས་ཏེ་དུར་ལས་བྱེད། རྒྱུར་ལས་བྱེད་སྤངས་འབའ་མདའ་བ་ཐུབ་བསྟན་དགེ་ལེགས་རྒྱ་མཚོས་མཛད་པའི་རོ་ལ་བྱ་བའི་ཆོག་ནང་སྤར་འགྲོ་བས་འདིར་མ་བཞོད་དོ། ། བྱིམ་མཆོག་ལ་ཡོད་དང་རང་གི་གཞིན་ཉེ། ནང་མི་ཚོགས་པོ་ཆོག་ཤིན་པའི་བྱིམ་མི་རྒྱལ་ལ་ལྷ་དཔལ་ལྷ་ལྷ་ཡོང་ནས་སེམས་གསོ་བྱེད་པ་དང་། སོ་སོའི་རུས་

ཚོད་ཀྱིས་རྒྱ་ཚོགས་ཀྱི་རམ་འདགས་བྱེད།

དེ་ནས་ཅིས་པ་ཞིག་གི་མདུན་ནས་གཤིན་ཅིས་བྱས་ཏེ་སྐར་མའི་དུས་ཚོད་གཏན་ཁེལ་བྱེད་ཅིང་། སྐར་མ་བྱེད་པའི་པར་དུ་འབྲུབ་དགོས་པའི་སྐར་བཅོས་སམ་ཟིམ་གྱི་ཅི་ཞིག་ཡོད་ན་ཁྱིམ་ནས་འདོན་དགོས་པ་རྣམས་འདོན་ཞིང་། གཞན་དག་དགོན་པར་བཅོལ། བཅའ་པོ་དུར་ཁྲོད་དུ་སྐྱེལ་རན་ལ་ཐོན་དུས། སྐར་ཟླ་དང་དགེ་འདུན་པ་མང་པོ་གདན་དྲངས་ནས་འཕྲོ་བ་གསུངས་པ་དང་། ཟས་གཏད་ཀྱི་ཆོ་གའི་སློ་ནས་ཟས་སྡེ་བཤམས་ཤིང་། གཤིན་པོའི་ལ་བ་དང་རྒྱ་རྩས་སོགས་གསུར་གྱི་ནང་དུ་བྱུལ། སྐར་མའི་སློ་མས་གཤིན་པོ་དེ་ལ་དབང་བསྐྱར་ནས། ཁྲོད་རང་གི་ལ་དང་མ། བྱ་དང་བྱ་མོ། ཞང་པོ་སོགས་ཉེ་འབྲེལ་རྣམས་དང་ནོར་རྩས་ལ་ཆགས་ན་འཕོར་པའི་འདམ་དུ་བྱིང་ནས་སྐྱག་བཟུལ་བཟོད་སྒྲག་མེད་པ་སྦྱང་སྲིད་པས། མ་ཆགས་ཤིག་མ་ཞེན་ཞིག་གནས་འདི་དང་ཁྲོད་གནིས་འབྲེལ་བ་མེད་པས་འདི་ཅ་མི་འདུག་པར་གཉེན་དང་ལོངས་སྤྱོད་སོགས་ལ་ཆགས་ཞེན་གྱི་མདུད་པ་གྲོལ་ཏེ་བདེ་བ་ཅན་དུ་བཞུད་ཅིག་ཅེས་བར་དོར་སྤྱོད་དང་། གཤིན་པོ་པར་སྐྱེལ་མ་ལྟ་བུ་བྱེད། གཉེན་ཉེ་དང་གྲོགས་པོ་སྤྲེལ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་གཤིན་པོའི་ཆེད་དུ་དགེ་སྦྱབ་ཤིག་སྤོང་བྱ་རྒྱུར་རང་གིས་ལས་ལེན་བྱ་བ་ཚོད་ཀྱི་ལས་ལེན་བྱེད་པ་དང་། དུད་ཆང་ལོངས་སྤྱོད་དང་རྒྱལ་འཛིག་བྱ་རྒྱུ་གཙོད་མཁན་ཡང་མང་པོ་ཡོད། བཅའ་པོ་དུར་ཁྲོད་དུ་སྐྱེལ་དུས་ནང་མི་གཙོ་པོ་འགའ་ཅེ་མ་གཏོགས་ཤེ་མི་ཚང་མ་བཅས་པོ་སྐྱེལ་དུ་འགྲོ་སྒྲོལ་མེད།

གནིས་པ། དུར་ལས་དང་ཞེ་དགུ་འདེད་རྩངས།

གཞན་ཡང་དུར་བྱེད་པ་ལ་བྱ་གཡང་། ས་དུར། རྩ་དུར། མེ་དུར་བཅས་རྣམ་པ་བཞི་ཡོད་མོད། ས་ཆ་འདི་ནས་སླ་མ་ཞིག་འདས་སྤོངས་སུ་ལྷུར་དུས་དམིགས་བསལ་གྱིས་སྦྱིན་ཐེག་བྱེད་པ་དང་། བཅོས་མ་ཐག་པའི་བྱིས་པ་ཡིན་ན་རྩ་དུར་དང་། ས་དུར་བྱེད་སྒྲོལ་ཡོད། དེ་མིན་རྒྱགས་ཆེ་བ་བྱ་གཡེང་ཡིན། དུར་ཁྲོད་ནས་གཙོད་པས་གཙོད་གསུར་གསུངས་ཏེ་ཆོགས་ཀྱི་སློ་ནས་བྱ་མཚན་བྱེད་པ་ལས་ནང་མིས་བཅའ་པོ་བཤམ་སྒྲོལ་མེད། གཙོད་པ་དེ་ལ་ཡང་ཐུན་དགོས་པའི་ཆ་རྒྱུན་མང་པོ་འཛུམས་དགོས་ཀྱང་འདིར་སྐབས་དོན་དངོས་དང་འབྲེལ་བ་གཞན་ཞིག་ཡིན་པས་མ་བྲིས། ས་ཆ་འདི་ནས་རོ་བཤམ་མཁན་གྱི་མིང་ལ་གཙོད་པ་ཟེར་དེ་སྐར་མ་བྱས་རྩེས་བཅའ་པོ་དུར་ཁྲོད་དུ་སྐྱེལ་མཁན་རྣམས་ཕྱོགས་གཞན་ལ་མི་འགྲོ་བར་གཤིན་པོའི་

བྱིས་དུ་འོངས་ཏེ་ཁྱུས་དང་། གྲིབ་སེལ་བྱས་ཆེས་ད་གཞོན་རང་རང་སར་འགྲོ་ཆོག ཉེན་བདུན་བདུན་
བཞི་བཅུ་ཞེ་དགུ་མ་གང་བར་དུ་བྱིས་ནས་གྲུ་བ་འགའ་རེས་དཔལ་རྒྱལ་བ་རྒྱ་ནང་བའི་མི་འབྲུགས་པ་དང་།
རྟོང་མའི་གཏེར་སྟོན་ཀླུ་སྒྲིང་བས་མཛད་པའི་ཐོས་གྲོལ་ཆེན་མོ། ཀུན་རིག་སྤྲུལ་སྤྲུལ་གང་ཅང་གི་སྟོན་ནས་
བདུན་འདེད། དགུང་ཞག་ཚང་བའི་བར་མ་ཏེ་མཚན་སྐྱར་དང་མཚོན་མེ་ཁྲི་མཚོན། སྒྲིང་མཚོན་སྟགས་
བྱིས་ཚང་གི་འབྲོར་ཚོད་ཀྱིས་ལུས་ནས་དམར་ཟས་ལ་མི་རོལ། རྒྱ་མཚན་བར་དོའི་ཆོ་ཚད་ཞག་བདུན་
ཡིན་ལ་དེ་ནས་སྒྲིབ་པ་མ་ལོན་ཆོ་འཆི་རྒྱུད་རེ་བྱས་ཏེ་བར་དོའི་ལུས་གྲུབ་ལ་རིང་མཐའ་ཡང་བདུན་བདུན་
བཞི་བཅུ་ཞེ་དགུ་ལས་མི་རྒྱུད་པས་དེའི་རིང་ལ་དགེ་བ་རྒྱབ་ན་སྟོབས་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བར་གཞུང་མང་པོར་
གསུངས་ཡོད། བདུན་གསུམ་ལས་མས་ཤིག་གི་མཚམས་ནས་གྲུ་བ་བཅུ་ཡན་ཚོད་ཅིག་གིས་རྟོར་སེམས་དང་།
མི་འབྲུགས་པའི་ཆོ་གའི་སྟོན་ནས་སྒྲིབ་སྟེག་བྱས་ཏེ་ཅུས་པ་ཉེན་བདུན་ལ་བསྐྱབས་ཏེ་ཅུས་ཐལ་འདམ་དུ་
བསེས་ནས་མི་འབྲུགས་པའི་སྒྲིབ་དཔལ།

དེ་མེན་བདུན་བཞི་ལྷ་ཞིག་གི་འཕྲོར་ཐོས་གྲོལ་ཆེན་མོའི་དབང་འཕྲིན་དགོས། ཉེན་ཞག་ཞེ་དགུ་
རྟོགས་དུས་སྤྲུལ་ཡང་སྤྲུལ་མ་ཞིག་གང་ན་དངས་ནས་ཁྱུས་ཆབ་བརྟན་ཏེ་འཕྲོ་བ་བཏབ་ཆེས་མཚན་བྱང་མེ་
ཅ་བསྟེགས་ཤིང་། མ་ཏེ་སྒྲུལ་བ་དང་ཆོ་གསུར་ལུས་བ། སྟོན་ལམ་གསུངས་པ་སྟགས་བྱས་ཏེ་ཞེ་དགུ་མཐུག་
སྒྲིལ་ལོ། ལཱ་ཤིན་པོ་དེ་མི་གཞན་གྱིས་བསང་བ་དང་འཆི་རྒྱུན་དམིགས་བསལ་བ་ཡིན་ན། བཀའ་བརྒྱུད་ཏི་
འདུལ་དང་། ལུར་བ་ལྷགས་འདུལ། རྟོ་མགྲིན་ལྷགས་འདུལ། ཐོས་འདུལ་བཅས་གང་ཅང་གི་འདུལ་འདོན།
དེ་མེན་སྒྲིམ་མ་ཐག་པའི་བྱིས་པ་ཡིན་ན་དགོན་ཁག་སོ་སོ་ལ་བསྟོར་ཏེ་འཕྲིན་པ་དང་། ཞེ་དགུ་བཅོལ་བ་
ལས་བྱིས་ནས་ཞེ་དགུ་འདེད་མཐན་ཉུང་ཉུང་ཡིན། བྱིར་ལོའི་ཤི་རྟོགས་ལ་ཐོན་དུས་བྱིས་ནས་མཚོན་རྒྱ་
མཚོན་མེ་ཕུལ་བ་དང་། བར་དོ་ཐོས་གྲོལ་གྱི་དབང་སྟོང་དགོན་ཁག་སོ་སོར་བཅོལ་ཞིང་། དགེ་འདུན་པ་
མང་པོ་བྱིས་དུ་སྒྲིབ་དངས་ནས་མི་འབྲུགས་པ་དང་། ཀུན་རིག་བར་དོ་ཐོས་གྲོལ་རྒྱུད་བཤགས་ཆོག་སྤྲུལ་
ཆོག སྟོན་ལམ་སྟགས་འདོན་སྟོལ་ཡོད། རྒྱ་མཚན་གཤིན་པོ་དེའི་རྣམ་ཤེས་འཕྲོ་བ་རིགས་དུག་གང་ན་
ཡོད་ཀྱང་། ལུས་རྟེན་ཅི་ཞིག་ཡིན་ཡང་ཤི་རྟོགས་ལ་ཐོན་དུས་སེམས་ལ་འཇིགས་སྒྲག་འབྱུང་བས་དེ་རྒྱུ་
པའི་བྱིར་དུ་དགེ་བ་རྒྱབ་པར་བཤད་དོ།

གསུམ་པ། མཚུག་གཏམ།

གཞན་གྱིས་གསལ་ཁ་བྱས་ས་འགའ་རེ་མ་གཏོགས་རང་གི་ཤེས་ཆོད་ལྟར་མདོར་བསྡུས་ཞིག་འབྲི་ཁུལ་
བྱས་ཡོད། ཆད་ལྷག་དང་ནོར་བ་མང་ཅམ་ཡོད་མྱིང་པས་དགོངས་ཡངས་ཟླ། འདིར་གསལ་བཤད་བྱེད་ཆུ་
ཞིག་ལ་སླ་མའི་འདས་མཆོད་སྐབ་སྤངས་ཀྱི་སྒོར་ནས་གསལ་ཐག་ཆོད་པ་ཤེས་མཁན་ཞིག་མ་རྟེན་པ་དང་
ཆ་རྒྱས་མེད་པས་མ་བྲིས་སོ།

མདོ་སྨད་ཐེ་བོ་ཐོང་ཅུ་ཁྱོག་པའི་འདས་མཆོད་བྱེད་སྒྲུངས་སྐོར་རགས་ཙམ་སྒྲིང་བ།

ཐེ་བོ་བསོད་ནམས་རྒྱ་མཚོ། ། ཀཀ་ལྷོ།

[ཁད་དོན་གནད་བསྟུན།] འདིར་ཀན་པ་གཙོ་བོར་བཟུང་ནས་ཞོར་དུ་དོན་རྒྱུན་གྱིས་གི་བ་དང་བྱིས་པ་སོགས་
ཀྱི་འདས་མཆོད་སྐབ་སྒྲུངས་སོགས་མི་འདྲ་བའི་བྱུང་པར་དང་གཤིན་ཆོས་སྐབ་རྒྱལ་རགས་ཙམ་སྒྲིང་ཡོད།

སྒྲིང་གཞི།

ཐོང་ཅུ་ཁྱོག་པ་ནི་ཐེ་བོ་བ་བརྒྱ་གཉིས་དང་དགོན་པ་གཉིས་ཏེ་དགེ་ལྷགས་པའི་ར་ཅི་དགོན་པ་དང་ས་
རྒྱ་པའི་སྒྲིང་ཀར་དགོན་པ་གཉིས་བཅས་ཡོད། ཐེ་བོ་བ་བརྒྱ་གཉིས་ནི་ར་ཅི་དགོན་པའི་རྩ་ཐེ་ལྷག་ཡུལ་ཐེ་བ་
གོང་འོག་གཉིས་དང་རྟེ་ཏུ་ཉི་གཙང་། རྩུ་ཁ། འདད་ཏང་། ཐེ་ཉིད་དོས། ར་ཐེ་དོས། བརྩེ་རི་དོས་ཐེ་བ་
བཅས་ཉིན་ཐེ་དགུ་དང་། ཐེ་དཀར་དགོན་པའི་རྩ་ཐེ་ཐེ་དཀར་ཐེ་བ་དང་ར་ཅ། ལྷག་བཟང་ཐེ་བ་བཅས་
ཐེ་བ་ཐེ་གསུམ་རྩེ་ཁྱོན་དུད་ཁྱིམ་དུག་བརྒྱ་ལོད་པ་བོད་ཁོ་ན་ཡིན་ནའང་འདས་མཆོད་བྱེད་སྒྲུངས་
བོད་ཀྱིས་ཆ་གཞན་དང་ཅུང་མི་འདྲ་བས། འདིར་སྐྱེར་ཀན་པ་ཞིག་ཆོ་ལས་འདས་པ་ཡིན་ན་འདས་མཆོད་
ཇི་ལྟར་བསྐབ་དགོས་པར་སྒྲིང་བ་དང་། ལྷ་མ་ལྷ་ཆོང་གདན་འདྲེན་བྱེད་ཚུལ། ལུ་ཁང་དུར་ཁོད་དུ་སྒྲེལ་
ཚུལ། མགོན་པོ་དང་ཤ་ཉེ་སྒྲེ་ལེན་བྱེད་ཚུལ་སོགས་གཙོ་བོ་ས་བཅད་བཞི་ཅུ་བཀར་ནས་ལུ་བར་འདོད་
དོ།

1. སྐྱེར་ཀན་པ་ཞིག་ཆོ་ལས་འདས་པ་ཡིན་ན་འདས་མཆོད་ཇི་ལྟར་བསྐབ་དགོས་པར་སྒྲིང་བ།

སྐྱེར་ཀན་པ་ཞིག་ཆོ་ལས་འདས་པ་ཡིན་ན་ཆོ་ལས་འདའ་ཁར་རང་གི་ཤ་ཉེ་^① རིང་སོགས་འཚོགས་
ཏེ། ཆོ་ལས་འདས་པའི་ཉིན་ནས་བཟུང་ལྷ་བ་ཞིག་གིས་ལུ་སྐྱུ་དུར་སར་བསྐྱལ་བའི་བར་ཉིན་རེ་རེའི་
སྐད་དང་ཕྱི་དྲོར་སྐྱོན་ལས་བཏོན་ནས་ཆ་གསུར་འཕུད་དགོས་ལ། སྐྱིད་ཀྱི་རྟ་པོ་མཉམ་ཞོན་དང་སྐྱུག་གི་
ལུ་པོ་མཉམ་ལུར་ཟེར་བའི་དཔེ་ལྟར་ཐེ་བའི་ཁྱིམ་ཆོང་རེ་རེ་ནས་གསུར་ཙམ་སྒྲིང་མ་གང་རེ་ཁྱེར་ནས་

① འདིའི་སྐབས་ཀྱི་ཤ་ཉེ་ནི་གཉེན་ཉེ་ལ་གོ་བྱུ་མ་ཡིན་པར་ཁྱིམ་བགོས་ལ་ལ་གོ་ཞིང་དེ་ལ་ཕྱི་སྐོར་དང་ནང་སྐོར་
གཉིས་ཡོད།

འཚམས་འདྲི་དང་སེམས་གསོ་བྱེད་དུ་ཡོང་ལ། ཞི་དགུ་མ་རྫོགས་བར་དུ་ཐེ་བའི་ནང་སྟོན་མོའི་རིགས་མི་
བྱེད། དེ་ནས་གཤིན་པོའི་བྱ་རྒྱུད་གཙོའི་གཉེན་མི་དག་འཚོགས་ཏེ་དགོན་པ་གྲ་ཚང་ལ་མང་ཆ་སྒྲིལ་བ་
སོགས་ལ་གྲོས་བྱེད། ཆོ་ལས་འདས་མ་ཐག་དུ་ངོ་མི་སྟོན་པོའི་ཐོལ་ཡོད་པས་རས་དཀར་པོ་ཞིག་གིས་ངོ་
བཟུང་དགོས། དེ་ནས་གོས་སོགས་ཕྱད་ནས་བཅ་པོ་གཙང་མར་བཀྲས་ཆེས་ཁ་དང་སྤྲིའི་བྱ་གམར་གྱིས་
སྒུབ་ནས་ཉེ་མི་དག་གིས་བཅ་པོ་བརྒྱབས་ནས་བཟུང་དགོས་ལ། ཀླང་བ་གཉིས་ཡར་སྐྱེས་དུ་བཅུག་ནས་
བཟུང་གཉིས་བྱང་ཁར་སྐྱར། མ་ནེ་བྱས་མོའི་སྤེང་ལ་བཞག་སྟེ་ལག་པ་གཉིས་ཀླང་བ་དང་སྐྱ་དུ་བཞག་
ནས་སྐྱ་སྒྲིག་གིས་དམ་པོར་བཟུངས་ཏེ་ཕུར་སྐྱམ་མ་འབྲུབ་བར་དུ་རས་དཀར་གྱི་ལྷག་མ་ཞིག་གི་ནང་དུ་
གཙང་སར་འཛོག་དགོས་ཤིང་། མདུན་དུ་བཟུང་བཟུང་སོགས་བཤམས་ཏེ་མཆོད་མེའང་ཉིན་མཚན་
གཉིས་ཀར་མ་ཆད་པར་དབུལ་དགོས། རྒྱབ་ཕྱོགས་སུ་གཤིན་ཅིས་བྱས་པའི་སྒྲ་སྐལ་གྱི་སྐྱ་དང་སངས་རྒྱས་
འོད་དཔག་མེད་ཀྱི་སྐྱ་སོགས་བཤམས་པ་དང་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་དང་ཐར་མཛོའི་པོད་རེ་ཁ་བྱེས་ནས་འཛོག་
ཕུར་ཁང་གྲུབ་ཆེས་གཤིན་པོའི་བྱིམ་གྱི་ཆེས་ཉེ་སའི་ཤ་ཉེ་ཞིག་གིས་བཅ་པོ་ཕུར་ཁང་ནང་དུ་འཛོག་དགོས།
བཅ་པོ་ཆེས་ཉུང་ན་ཉིན་ཞག་བདུན་དང་མང་ན་བདུན་གསུམ་བཞིའི་རིང་ལ་བྱིམ་དུ་འཛོག་

༥. རྩ་མ་གྲ་ཚང་ག་དན་འདྲེན་ལྷ་ཚུལ་དང་གཤིན་ཅིས་སྐྱབ་ཚུལ།

གཤིན་པོའི་བྱིམ་གྱི་ཆེས་ཉེ་བའི་ཤ་ཉེ་ཞིག་གིས་ཅིས་པ་ལ་གཤིན་ཅིས་བྱེད་དུ་འཇུག་པ་དང་བཅ་པོ་
སྐྱལ་བའི་སྐར་མ་གཏན་ཁལ་བུ་དགོས། དེ་ནས་རང་དགོན་པའི་སྐར་མའམ་ཁྱི་བ་ག་དན་འདྲེན་བྱས་ཏེ་
གཤིན་པོ་ལ་འཕོ་བ་གསུང་དུ་འཇུག་ ཉིན་བདུན་རེའི་འཕྲོར་དགེ་སྦྱང་བཞི་ཐེ་མེས་བདུན་བདུན་ཞེད་ལྷའི་
བར་ཀླུ་རིག་གི་ཆོག་ག་འདྲོན་དགོས། བཅ་པོ་མ་བསྐྱལ་བའི་ཐུན་ལ་གཤིན་ཅིས་སུ་བབས་པའི་རིམ་གྲོ་ཅི་
ཡོད་ཚང་མ་ངེས་པར་དུ་འབྲུབ་དགོས།

དེ་ནས་བཅ་པོ་མ་བསྐྱལ་ཐུན་གྱི་ཉིན་འགའ་ལ་དགོང་རེ་བཞིན་རང་གི་ཐེ་བའི་མི་ཚང་མ་བྱིམ་དེར་
ཡོང་ནས་བྱིམ་ཚང་མོ་སོའི་དབུལ་བྱུག་གི་དབང་གིས་ཉིན་བདུན་ནས་ཐུང་དང་གསུམ་སོགས་ལ་མ་ཁེ་འདྲོན་
དགོས། སྤྱིར་བཏང་གི་བྱིམ་ཚང་ཞིག་ཡིན་ན་གྲ་ཚང་ལ་ཉིན་གསུམ་གྱི་རིང་དུ་མང་ཆ་སྒྲིལ་བ་དང་མ་ཁེ་
ཞག་ཐར་འདྲོན་གྱིན་འདུག ད་སྐབས་ཕལ་ཆེར་གཤིན་པོ་དེ་ལ་བྱ་དང་བུ་མོ་དུ་ཡོད་ན་རེ་མེས་ཉིན་རེར་
མང་ཆ་རེ་སྒྲིལ་རྒྱུའི་གོམས་སྟོལ་ཆགས་འདུག དེ་ནས་བཅ་པོ་མ་བསྐྱལ་བའི་ཐུར་ཉིན་དེར་མ་ཁེ་འདྲོན་

པའི་མཐའ་མཐུག་གི་ཉེན་མོ་ཡིན་པས་སྟོགས་སོ་སོ་ནས་རང་གི་བྱིས་ཆང་དེའི་ཤ་ཉེ་རིང་དང་སྟོགས་པོ་
 དག་ཡོང་ནས་ཤ་ཆང་དང་ཁ་ཟས་^② གོ་རེ་སྟོགས་བྱེད་ནས་ཡོང་སྒོལ་ཡོད། ཉེན་འདིའི་གོ་རེ་ནི་བྱིས་
 བཏང་གི་གོ་རེ་དང་མི་འདྲ་བར་ཆེད་དུ་ཤི་བོ་ལ་དམིགས་ནས་བཙོས་པའི་གོ་རེ་ཞིག་ཡིན། ཆང་བྱེད་ནས་
 ཡོང་མཁན་ལ་ཡང་ཁྱད་པར་ཡོད་དེ་གཤིན་པོའི་ཉེ་ས་ཡིན་ན་ཆང་རྒྱ་མ་ཐུའི་ཡན་བྱེད་ཡོང་ལ། དེ་ཙམ་
 མི་ཉེ་བ་དང་སྟོགས་པོ་སྟོགས་ཡིན་ན་ཆང་རྒྱ་མ་གསུམ་ཙམ་གྱིས་ཆོག མགོན་པོ་དེ་ཆོ་པལ་ཆེར་བྱེད་རྒྱ་
 ཐོན་ལ། རང་གི་ཤ་ཉེ་ཆང་གིས་མགོན་པོ་ཆང་མ་བཟུས་ཏེ་ཆེད་དུ་བྱེ་ཐུག་བསྐོལ་ནས་ལྷེ་ལེན་བྱ་དགོས།
 སྐབས་འདིའི་བྱེ་ཐུག་ནི་སྒོལ་རྒྱན་གྱི་བྱེ་ཐུག་ཅིག་ཡིན་ལ། དེ་ནི་གནས་སྒྲོན་ལ་ཡོང་བའི་མགོན་པོ་རྣམས་
 ལ་ཆེད་དུ་སྐོལ་རྒྱ་ཞིག་ཡིན། བྱེ་ཐུག་རྒྱུད་རྒྱུད་ལས་ཟས་རིགས་གཞན་མེད་པས་མིང་དངོས་ལ་མགོན་
 པོའི་བྱེ་ཐུག་ཟེར། དེ་ནས་ཆང་མ་མཉམ་དུ་མ་ཆེ་འདོན་དུ་སོང་ནས། མ་ཆེ་འདོན་སར་རང་གི་ཐེ་མི་
 རྣམས་ཀྱིས་ཐུང་སྒྲོན་ནས་འདོན་བཞེན་ཡོད་ལ་མགོན་པོ་རྣམས་ལའང་འདུག་ས་ངེས་ཅན་གྱི་སྒྲིག་བྱས་
 ཡོད། དགོང་མོ་དེའི་མ་ཆེའི་བྱིན་བདག་གིས་ཐུར་གྲུ་བ་རྣམས་ལ་འབུལ་བ་ལུལ་ནས་རིམ་གྱིས་མགོན་པོ་
 དང་ཐེ་མི་རྣམས་ལ་སྦྱར་མོ་དང་ཀ་ར་སྟོགས་དངོས་པོ་འདྲ་མིན་སྒྲ་ཆོགས་སྟེར། མགོན་པོའི་ནང་གི་ཤ་ཉེ་
 དང་ཐེ་མི་རྣམས་ཀྱི་ཉེ་མི་རྣམས་གཅིག་འཕྲོ་གཅིག་གིས་མཐུད་ནས་སྦྱར་མོ་དང་ཀ་ར་སྟོགས་སྟེན། ཁབ་
 དང་སྦྱང་བ་ནི་མ་ཆེ་གྱུར་སྐབས་གྱེར་འདོན་མཁན་དག་ལ་ངེས་པར་དུ་བྱིན་དགོས་པའི་དངོས་པོ་ཞིག་
 ཡིན་འདུག མ་ཆེ་འདོན་པར་པལ་ཆེར་དུས་ཆོད་གསུམ་ཙམ་འགོར་ལ། བྱིས་ཆང་ལུག་པོ་འམ་ཤ་ཉེ་རིང་
 མང་ས་ཡིན་ན་མགོ་ནས་མཐུག་བར་ཀ་ར་སྟོགས་བར་མི་ཆད་པར་བྱིན། མ་ཆེ་འདོན་པའི་བར་ནས་གྲུ་བ་
 རྣམས་ལ་གོ་རེ་གཉིས་རེ་དང་གཞན་རྣམས་ལ་གཅིག་རེ་བྱིན། འདིའི་སྐབས་ཀྱི་གོ་རེ་འདི་ཡང་གོང་གི་གོ་
 རེ་དང་མི་འདྲ་བར་སྦྱུང་བཙོས་ཡིན་ལ། མགོན་པོ་རྣམས་བྱེད་ཡུལ་ལ་འགོ་ཁར་སྟེལ་བྱེད་ཡང་གོ་རེའི་
 རིགས་འདི་ཡིན། མ་ཆེ་མཐུག་ཐོགས་ཆོ་སྒྲོན་ལམ་བཏོན་ནས་ཆ་གསུམ་འཕུད་སྐབས་བྱིས་མི་རྣམས་ཀྱིས་
 ཅ་འཕོད་བྱེད། དེ་ནས་ཤ་ཉེ་རྣམས་ཀྱིས་བྱེ་ཉེན་གྱི་སྒྲུབ་ཁང་འཕུར་མཁན་སྟོགས་གྲྲིག་ལེགས་པོ་བྱས་
 བས་ཤིང་།

② ཁ་ཟས་གོ་རེ་ནི་གོ་རེ་སྦྱུང་བཙོས་རིགས་ཤིག་གི་མིང་།

ཡོན་ལེན་པ་ཚེ་ལས་འདས་པ་ཡིན་ན་སྤྱིར་བཏགས་སྤངས་ཀྱི་པ་དང་འདྲ་ན་ཡང་མི་འདྲ་བའི་བྱང་
པར་རྩལ་ཚམ་པེ་ཡང་ཡོད་དེ། མཁན་པོ་དང་ལྷ་པོ་ནམས་དྲུ་ཁྲོད་ཀྱི་ནང་ལ་ཐེབས་ཀྱང་གོང་གི་ཀན་
པ་ཚེ་ལས་འདས་པའི་འཁྲོ་རྩལ་དང་མི་གཅིག་སྟེ་རས་དཀར་པོའི་སྟེ་མོར་བརྒྱུད་ནས་ལམ་གྲིད་པ་ལོགས་

མེད། བྱིས་པ་ཤི་ཚེ་ནམ་གྲང་དུར་ལས་བྱས་ནས་མགོན་པོ་མི་བསྐྱུ་གཤིན་ཚོས་ཀྱང་དེ་འདྲའི་རྒྱས་པ་མེད།
 དོན་རྒྱུན་བྱིས་ཤི་བ་ཡིན་ན་དེ་མ་ཐག་ཏུ་དུར་མཚོད་བྱ་དགོས་པས་ཕྱར་ཁང་མེད། བྱིས་པ་ཤི་ན་འདྲ་དེ་
 བཞིན་ནོ། རྟོན་རྒྱུན་སོགས་ཀྱི་དབང་གིས་ཤི་བ་ཡིན་ན་ཟླ་བའི་དུར་ཁྲོད་དུ་མེ་དུར་བྱེད་མི་ཚོག་པས་ས་
 རྩོད་ལྔ་རྩོད་ཞིག་ཏུ་ནམ་གྲང་མེ་བསྐྱེགས་ནས་རྩེས་སུ་སྒྲ་མ་གདན་དྲངས་ནས་འཕོ་བ་གསུང། དགོན་
 པ་གྲ་ཚང་ལ་མང་ཇ་བསྐྱལ་བ་དང་མ་ཅི་འདོན་པ། མགོན་པོ་བསྐྱུ་བ་སོགས་སྤྱིར་བཏང་ཚེ་ལས་འདས་པ་
 དང་མཚུངས། དེང་སང་དོན་རྒྱུན་བྱིས་ཤི་བ་ཡིན་ན་པལ་ཆེར་བཅའ་པོ་སྟེག་ཁང་དུ་སྤྱིར་སྤྱོད་དར་བཞིན་
 འདུག་སྤྱིར་བཏང་གིས་ཤི་བ་དང་དོན་རྒྱུན་བྱིས་ཤི་བ་གང་ཡིན་ཡང་ཅུས་ཐལ་སྒྲུ་དཔར་བ་དང་ཕྱོགས་
 སོ་སོར་གནས་ཆེན་དང་མཚོ། གཙང་པོ། རྒྱ་མཚོར་འདེབས་པ་སོགས་རང་གིས་གང་ལུས་བྱེད་བཞིན་
 འདུག།

༤. མགོན་པོ་དང་ཤ་ཉེ་སོགས་སྤྱེ་ལེན་བྱེད་ཚུལ།

དེ་ནས་མགོན་པོ་རྣམས་མཉམ་དུ་ཤ་ཉེ་བྱི་ནང་གནེས་ཀྱི་ཁྱིམ་ཚང་རེ་རེ་བཞིན་ཆེད་དུ་བྱེ་ཐུག་
 བསྐྱལ་ཉེ་མགོན་འཕྲོད་བྱས་ནས་རེས་སྐྱོར་དགོས། བྱི་ཉེན་མགོན་པོ་རྣམས་མཉམ་དུ་གཤིན་པོའི་ཁྱིམ་དུ་
 ཟེར་ཁ་བསྐྱེག་ནས་སྤྱེ་ལེན་བྱ་དགོས། དེའི་སྐབས་རང་གི་ཟླ་བ་དང་ཤ་ཉེ་ཕྱོགས་ནས་ཀན་པ་ཞིག་གིས་
 གཤིན་པོས་ཐོན་ཆེད་ཁྱིམ་ཚང་དེའི་ཆེད་དུ་སྤྱུག་སྤྱོད་བ་སོགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱས་དང་། འཕྱུག་རྣམས་ཀྱིས་གཤིན་
 ཚོས་རི་ལྷར་བྱས་པ་སོགས་མགོན་པོ་རྣམས་ལ་གསལ་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་དུ་གཏམ་བཤད་བྱས་ནས་མགོན་པོ་
 རྣམས་ཕྱོགས་སོ་སོ་ནས་ཡོང་བ་འདི་གཤིན་པོར་མཐོང་ཆེན་དང་གཉེན་ཉེ་ཡིན་པ་མཚོན་པས་བཀའ་དྲིན་
 ལུ་ལ། ཡང་རེ་འགའ་མ་ཡོང་བ་ཡོད་ན་དེ་ལ་ཟུར་ཟུང་བྱེད། མགོན་པོའི་ཕྱོགས་ནས་ཡང་ཀན་པ་ཞིག་
 གིས་ཚབ་བྱས་ཉེ་གཤིན་ཚོས་རྒྱ་ཆེན་པོ་བསྐྱུ་བས་པ་ལ་རྩེས་སུ་ཡི་རང་དང་མགོན་པོ་རྣམས་ལ་སྤྱེ་ལེན་
 ལེགས་པོ་བྱས་པ་ལ་བཀའ་དྲིན་གྱི་ཚུལ་དུ་གཏམ་བཤད་བྱས་ནས་ཕྱི་དྲོ་ཅམ་ལ་མགོན་པོ་རྣམས་རང་རང་
 གིས་སྤྱིར་ཡོང་བའི་ཆང་སོགས་ལེགས་སྐྱེས་ལ་བཞུས་ནས་ཕྱིར་གོ་རེ་བཅུ་ནས་བཅོ་ལྔ། ཡང་ན་ཉེ་ཤུ་བཅས་
 གངས་མི་འདྲ་བ་རེ་བྱིན་ནས་བསྐུལ་དགོས།

དེའི་བྱི་ཉེན་རང་གི་ཟླ་མི་ཚང་མ་པོས་ནས་སྤྱེ་ལེན་བྱ་དགོས་ལ། ཕྱི་དྲོ་ཅམ་ལ་ཁྱིམ་ཚང་རེ་རེ་ལ་ཡང་
 གོ་རེ་བྱིན་ནས་བསྐུལ་དགོས། རྒྱ་ལེན་དང་བྱང་ཤིང་འབྲུ་མ་ལན་གྱི་ཁྱིམ་ཚང་འགའ་ལ་དལེགས་བསལ་གྱིས་

སྒྲེ་ལེན་བྱ་དགོས། དེའི་ཕྱི་ཉིན་རང་གི་ནང་མི་དང་གཉེན་པོ་སྐོར་ཆེས་ཉེ་ས་དེ་དག་དམིགས་ཀྱིས་སྒྲེ་
ལེན་བྱས་ནས་བཀའ་བྱིན་ལྟ་བུ་བྱ་དང་ཆབས་ཅིག་ཏུ་ཆང་དང་གོ་རེ་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱལ་དགོས། འདི་ལྟར་
ཕལ་ཆེར་འདས་མཆོད་གཅིག་མཚུག་བསྐྱེད་པ་ཡིན། ཞེ་དགུ་མ་རྩེགས་པར་བྱིས་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཁ་སྤྱོད་མི་
བཟར་བ་དང་སྐྱ་མི་བསྐྱ་བ། གོས་གསར་བ་མི་ཕྱོད་པ་སོགས་ཀྱི་སྒྲེལ་ཡོད། ཞེ་དགུ་འགོར་རྩེས་འཆོ་བ་
ཟུར་བཞིན་དུ་རོལ་ཆོག་ན་ཡང་། ལོ་གསུམ་གྱི་རིང་ཤི་བའི་ཉིན་མོ་དེར་ཨ་མཆོད་གདན་དྲངས་ཏེ་བདག་
འཇུག་སོགས་ངས་པར་འདོན་སྒྲེལ་ཡོད། དེའི་རིང་བྱིས་དུ་གཉིན་སྟོན་སོགས་སྟོན་མོ་རིགས་མི་བྱའོ།

མཚུག་གི་གཏམ།

སྤོང་རི་ཁོག་པར་སྒྲེ་བ་བཅུ་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། འདིར་ཚུར་ཁ་དང་འདད་ཏང་སྒྲེ་བ་གཙོ་བོར་བྱས་
ཏེ་བྲིས་ཡོད། དེར་སང་བྱིས་མི་ཆོ་ལས་འདས་ན་མ་ཆི་འདོན་བ་དང་དགོན་བ་སྤྱ་ཆང་ལ་མང་རྩྭ་ལ་བ་
འདི་ཡང་མཆོན་སྟོན་གྲགས་སམ་འགན་བསྐྱར་གྱི་རྣམ་པར་འཁྱར་གྱིན་འདུག། དཔེར་ན་བྱིས་ཆང་ལྷུག་
པོ་ཆོར་རྒྱ་ཁོར་ཡོད་པས་མང་རྩྭ་ཉིན་མང་བོར་སྐོལ་ན་འང་དབུལ་བོ་ཆོས་དེ་ལ་འགན་སེམས་སམ་ཡང་
ན་དེ་ལྟར་མ་བྱེད་ན་ངོ་ཆ་རེད་སྟེ་སྤྱི་ལོན་བྱས་ན་མ་ཆི་འདོན་བ་དང་མང་རྩྭ་ལ་བཞིན་འདུག།
དེ་ནི་བྱིས་ཆང་དེའི་འགན་ཁུར་དུ་ཁྱུར་འདུག་པ་ལས་དགེ་རྩལ་འགོ་དཀའ་འོས་ད། དེ་བས་བྱིས་ཆང་གི་
གན་པ་མང་ན་བྱིས་དེ་ལ་ཕྱོགས་གང་ཐད་ནས་ཀྱང་དཀའ་ལག་མང་བོ་འཕྲད་གྱིན་འདུག། དེའི་ཕྱིར་བྱིས་
ཆང་དབུལ་ལྷུག་གང་ཡིན་ཅུང་མཆོན་སྟོན་གྲགས་དང་འགན་སེམས་དེ་སྤངས་ནས་བསམ་པའི་ཀུན་སྤོང་
རྣམ་དག་གི་སྐོར་ནས་རང་གིས་གང་ལུས་ཀྱིས་དགེ་རྩལ་བསྐྱབ་པ་གལ་ཆེའོ།

མདོ་སྨད་གཅིག་སྒྲིལ་ཁང་སར་མདེ་འདས་མཚོད་སྒྲུབ་སྒྲངས་ཀྱི་སྐོར་ལ་རགས་ཙམ་སྒྲིང་བ།

གཡུ་ཅེ་ཐོགས་མེད་ངོ་རྗེ། །གཅིག་སྒྲིལ་། ་༽

[ནང་དོན་གནད་བསྒྲུས།] སྤྱིར་བོད་མདོ་དབུས་ཁམས་གསུམ་གང་དང་གང་ལ་མཚོན་ནའང་ས་གནས་སོ་སོར་ཡུལ་སྒྲོལ་དང་གོམས་གཤིས་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ཡོད་པས། ཚུམ་བུར་འདིར་རང་ས་གནས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་སམ་ཟུ་མདེ་སོལ་རྒྱན་རིམ་བཞིན་ལག་ལེན་དུ་ཡོད་པ་དག་དམངས་ཁྲིད་ཀྱི་དག་རྒྱན་དང་མཐུན་པར་འབྲི་བ་ལ། མགོ་ལོག་ཨ་སྤྱོད་ཁང་སར་མདེ་ཨ་སྤྱོད་ཁག་གསུམ་གྱི་བྱུང་བ་མདོ་ཙམ་བཟོད་པ་དང་། གནའ་བོའི་འདས་མཚོད་དང་གནས་བབ་ཀྱི་ཁྱད་པར་རགས་ཙམ་བཀོད་པ། གཤིན་མཚོད་ཕྱག་ལས་ཀྱི་སྐོར་ལ་ཚན་ཁག་དུ་མདེ་སྐོར་ནས་གནད་དུ་བསྒྲུབ་བ་བཅས་ས་བཅད་གསུམ་གྱིས་ཐོས་པར་བྱས་ཡོད།

དང་གོ་བྱུང་འཕེལ།

ཁང་སར་མ་ཞེས་པའི་ཚོ་བ་འདི་ནི་མདོ་སྨད་རྟའི་ཚེ་ལ་གའི་བྱེ་བྲག་ཨ་སྤྱོད་ཁག་གསུམ་ལས་མཚོད་པའི་རིགས་རྒྱད་ཀྱི་ནང་ཚན་གཡང་ཐལེ་ཅ་བ་ཞེས་བ་དེ་རེད། ཨ་སྤྱོད་ཁག་གསུམ་ནི་ཨ་ལྷགས་འབྲི་ཡི་རིགས་རྒྱད་ལས་མཚོད་པ་ཡིན་ལ། འབྲི་ལྷ་རྒྱལ་དང་དེའི་སྐས་ཨ་འབུམ་རྒྱལ་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱངས་པའི་གནས་འདི་ལ་མགོ་ལོག་ཞེས་མིང་ཐོགས་པ་དང་། འབྲི་ལྷ་རྒྱལ་གྱི་བྱ་ཕག་ཐར་གྱི་རིགས་རྒྱད་དེ་ལ་ཨ་སྤྱོད་ཁག་གསུམ་དུ་བཤད་པར་བྲགས། ཨ་སྤྱོད་ནི་ཡི་གེ་ཀུན་གྱི་མཚོག་ཨ། ས་གསུམ་སྤྱོད་བས་ན་སྤྱོད་ཞེས་ཐོགས་པ་ཡིན།

གཉིས་པ། དུས་འཐུར་དང་འཕེལ་རྒྱས་ཁྲིད་ཀྱི་སྒྲོན་བྱུང་ལོ་རྒྱུས་དང་གནས་བབས་ཀྱི་ཁྱད་པར།

འདས་མཚོད་སྒྲུབ་སྒྲངས་ལ་སྒྲོན་གྱི་ཕྱག་ལེན་དང་ད་སྐད་བར་ཁྱད་པར་ཆེན་པོ་མི་འདུག་མོད། འབྲོར་བའི་དབང་གིས་རང་བཞིན་གྱིས་ཁྱད་པར་ཁ་ཤས་ཡོད་འགྲོ། དཔེར་ན་ད་སྐབས་དབུལ་ཕྱུག་གང་ཡིན་ཡང་རྫོང་ར་ལུས་ཚད་སྤྱོད་དང་ཁྲི་སྐགས་གང་མང་འདོགས་ཀྱིན་ཡོད། སྒྲོན་གྱི་དུས་སྤུ་ཐ་ན་རྫོང་ར་ལུས་ཚད་བརྒྱ་ཚམ་འཐེན་རྒྱ་བྱུང་ནའང་ཉ་ཅང་འབྲོར་དཀའ་བ་སྐབས་དེར་རྫོང་ར་ལུས་ཚད་བརྒྱ་གངས་འཐེན་ཡོད་པ་དག་ཕྱིས་སྤུ་ས་མིང་དུ་ཐོགས་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་ཤེས་ཏེ། དཔེར་ན་ད་སྐབས་གཅིག་སྒྲིལ་རྫོང་།

གི་ཉེ་འདབས་ན་ཡོད་པའི་བརྒྱ་དར་ཁྱུང་བ་འདི་དང་། གཅིག་སྤྱིལ་དང་ཐག་མི་རིང་བའི་གནས་དང་མ་
ཚུའི་ཡན་ལག་གི་སྤར་ཤགས་ས་ཁུལ་དུ་ཨ་སྐྱོང་ཆང་གི་དཔོན་དཔོན་མོ་གང་རུང་ཞིག་སྐྱེ་གཤེགས་པའི་ལོ་
རྒྱུ་ཡོད་ལ། དེ་ལ་ཡང་རྫོང་དར་ཁུལ་ཆང་སྐྱོང་བཏགས་པའི་ས་ཁུལ་འདི་ལ་དཀར་པོའི་སྐྱོང་དར་ཅས་
མིང་ཐོགས་ཚུལ་སོགས་དུ་མ་ཡོད་པར་བཤད་དོ།

གསུམ་པ། འདས་མཆོད་སྐབ་སྤངས་གསལ་པོར་བསྟན་པ།

དེ་ལ་ཡང་ཀན་གཞོན་སོ་སོའི་འདས་མཆོད་སྐབ་སྤངས་ལ་བྱད་པར་བྱེ་མོད། སྤྱིའི་ཆ་ནས་བྱད་པར་
ཆེན་པོ་མེད་ཅིང་ཀན་གཞོན་སོ་སོ་གང་ཡིན་ཡང་གཤིན་ཚས་སྐབ་སྤངས་ལ་བྱད་པར་མེད། ཡིན་ནའང་
བྱད་པར་བྱུང་ཟད་ཅམ་ཡང་མེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཐོག་མར་ཅིས་བྱས་ནས་འདས་ཀྱི་གང་ཡིན་དང་། ཅིས་
མདའི་གཤེད་མ་འཁོར་བའི་བྱིས་ཆང་གང་ཡིན་དོས་འཛིན་བྱེད་ལ། དེ་རྗེས་གཉེན་ཉེ་ཡིན་མིན་སོགས་
ལ་ལྟས་ཏེ་བཅའ་བ་སྐྱེ་རིམ་སྐབ་ནས་བཅོས་ཐབས་བྱེད། འདས་མ་ཐག་ནས་དུར་ལས་མི་བྱེད་པར་ཐོག་
མར་སྤྲས་ལྷ་བསུ་བ་དང་། འཕྲོ་བ་འདེབས་པ་བཅས་བྱེད་དགོས། ལུང་ན་ཉིན་གསུམ་དང་། འཕྲིང་ན་
ཉིན་ལྔ། རིང་ན་ཉིན་བདུན་གྱི་རིང་དུ་ལ་དུར་ལས་མི་བྱེད་པར་མ་ཟད་བཅའ་པོ་འཁྱུག་དུ་བཅུག་རྗེས་སྐར་
མ་བྱ་དགོས། གཤིན་སྐར་གྱི་ཉིན་ཉག་ཉག་ལ་ཤི་བོའི་བདེ་འབྱོའི་ཆེད་དུ་སྤྲས་དཀར་རྩྭ་གསུམ་གྱི་ལྷ་
མ་བསུ། དེ་ལ་ཡང་བཤད་སྒྲིལ་དུ། པ་སྤྲས་གྱི་ལྷ་མ་པ་དམ་པ། མ་སྤྲས་གྱི་ལྷ་མ་མ་དམ་པ། ཞེས་གཙོག་
དུ་བཅུང་ནས་འབུལ་བ་བྱེད་པའི་སྒྲིལ་ཡོད་ལ། གཞན་ཡང་རང་དང་ཁ་ཐག་ཉེ་བའི་མི་ཞིག་འདས་པ་ཡིན་
ཆོ་འཁྱོར་བའི་ནུས་ཆོད་ལྟར་བྱེད། འཁྱོར་བ་བཟང་ཤོས་ཀྱིས་རྟ་དང་མཛོ། འབྲི་སོགས་གང་ལུལ་ཡང་མི་
ཆོག་པ་མེད་དེ། མེད་པོས་ར་མ་ཞིག་དབུལ་ནའང་ཆོག་ཏེ། ཁ་དཔེ་ལ། ཡོད་པོའི་རྟ་པོ་འདི་རྟ་པོ་ཡིན་ལ།
མེད་པོའི་ར་པོ་འདི་རྟ་པོ་ཡིན། ཞེས་པ་བཞིན་རེད། སྐར་མའི་རིང་ཐུང་དང་ནམ་ལྔའི་དྲོ་གང་ལ་བསྟན་
ནས་དུར་ལས་བྱེད་ལ། སྐར་མ་རྩྭ་གསུམ་ཉིན་སྐར་ལྔ་གང་ན་དངས་ཏེ་དུར་ལས་བྱེད་དུ་ཐོང་ལ་འབྲོ་བ་ཡིན།
བཅའ་པོ་སྐྱེལ་མ་ཐན་ཡང་ཕར་ལ་རོ་དང་བཅས་ཏེ་ཆ་དང་ཚུར་ལ་ཡ་བྱས་ནས་འབྲོ་སྒྲིལ་ཡོད། དམིགས་བསལ་
དུ་པའི་བཅའ་པོ་བྱས་དུར་ལས་བྱས་ན་པ་བསྟར་རྫོང་ཞེས་འཛིན་དགོས། གཞན་བཅའ་པོ་རྫོང་བཅའ་^① ཅ་

① རྫོང་བཅའ་ནི་བཅའ་པོ་འཛོགས་འདི་རྫོང་ཞིང་བཅའ་པོ་དེར་བཞག་ཏེ་བཅའ་བ་འདོན་དགོས་པས་དེ་ལྟར་དུ་
བཏགས་སོ།

འཛིག་སྤངས་ལ་པོ་གཡམ་དང་མོ་གཡོན་དུ་འཛིག་དགོས་ལ། བཤད་སྟོལ་དུ་སངས་རྒྱུ་བཅོམ་ཐུན་འདས་
སྐྱུ་བྱ་ངན་ལས་འདས་པའི་ཆོ་སེང་གེ་ཉལ་སྟབས་ཀྱིས་བཞུགས་པ་ཡིན་པར་བཤད།

ལེས་པོ་འཆིང་སྤངས་ལ་ཡང་བཤད་ཚུལ་གཉིས་ཙམ་ཡོད་དེ། རང་ཉིད་ཀྱི་སྟོན་ལ་འབགས་པ་སྤྱན་
རས་གཟིགས་ཐལ་མོ་སྤྱར་བའི་ཚུལ་གྱིས་ལག་གཉིས་སྒྲིང་ཁར་ཐལ་མོ་སྤྱར་ནས་བཅིངས་པ་ཞིག་དང་
གཉིས། ངན་སྤང་གི་རྒྱལ་པོ་རྩི་ཆེ་འཆིང་གི་ཕྱག་གཉིས་བསྟོལ་ནས་བཞུགས་ཡོད་པས་དེའི་ཕྱག་ལེན་ཇི་
བཞིན་ལག་གཉིས་བསྟོལ་ལག་བྱས་ཏེ་བཅིངས་བ་བཅས་གཉིས་ཡོད། གཙོད་པ་སྟེ་བྱ་འབོད་ལ་སྒྲ་མ་གདན་
འདྲན་ཞུ་དགོས། བྱ་འབོད་ཀྱི་ཐད་ལས་ཀྱང་གལ་ཏེ་བྱ་རྒྱུས་འདྲོགས་འདྲོགས་བྱེས་ན་གཤིན་པོ་ལ་
ཚྭ་གས་ཞེན་ཡོད་པའི་རྟགས་མཚན་དང་། བྱ་མོད་རྒྱུས་འཇིགས་སྤང་ཅི་ཡང་མེད་པར་འཆང་ཁ་ཤིག་
ཤིག་གིས་ལེས་པོ་སྟོན་ན་གཤིན་པོའི་རྒྱུ་ཤེས་བདེ་འགྲོ་ཐོབ་པ་དང་གསོན་པོར་བདེ་སྦྱིང་འབྱུང་བའི་
རྟགས་སུ་བཤད་དོ། ཁོང་དུ་བཤད་པ་བཞིན་གཤིན་ཆོས་སུ་རྩོད་ར་ལུས་ཚད་ལོ་ཚོད་རེ་འཐེན་ཀྱིན་ཡོད་
མོད། ད་སྟབས་དར་ལུས་ཚད་ཁྲི་གཉིས་གསུམ་རེ་དང་མར་མེ་ཁྲི་མཚོད་བུ་མེ་སྟགས་པའི་ཁྲིམ་ཚད་གཅིག་
ཀྱང་མེད་པ་འདྲ། དེ་ནས་ཞེ་དགུ་ལ་ཡང་སྒྲ་མ་^②གདན་དྲངས་ཏེ་ཁ་འདྲན་དགེ་སྦྱོང་བྱེད་སྟོལ་ཡོད། ཞེ་
དགུ་རྩོགས་པའི་ཉིན་དེར་སྒྲ་མས་ཞེ་དགུའི་གསུར་ཁྲི་བཤིག་དགོས་པ་བཅས་ཀྱི་ཁྱད་པར་རབ་དང་རིམ་
བཞིན་ཡོད་དོ།

གོང་དུ་བཤད་པ་དག་ནི་ཀན་པ་དང་གཞོན་པའི་འདས་མཚོད་སྟབས་སྤངས་ཡིན་ལ། ལོ་ཁ་མ་གང་བ་
དང་སྟེམ་མ་ཐག་ནས་ཆོ་ལས་འདས་པའི་བྱིས་པ་དག་གི་འདས་མཚོད་སྟབས་སྤངས་ལ། ཐོག་མར་ཅིས་བྱས་
ཏེ་གཤེད་མ་འཁོར་ཚྭ་གས་དང་འདས་ཀྱིན་གང་ཡིན་ལ་བཞུས་ནས་མ་བུ་ལྟར་དུ་བཅའ་བ་སྐྱེ་རིམ་སྟབས་
དགོས། བྱིས་པ་ལ་ཞེ་དགུ་དང་སྐར་ཉིན་སྟགས་མེད་ཅིང་ལེས་པོ་ཡང་བྱ་གཡེང་མི་བྱེད་པ་ཡིན། འོ་ན་
གང་ལྟར་བྱེད་ཅེ་ན། རྒྱར་སྤྱར་བ་དང་ས་འོག་དུ་སྤྱས་པ་བཅས་བྱེད་པ་ཡིན། རྩོད་ར་ལ་ལུས་ཚད་མང་
ཁྱད་གང་བྱས་ཀྱང་མི་ཆོག་པ་མེད་པར་བཤད། ལངས་ནས་འགྲོ་ཐུབ་པའི་བྱིས་པ་ཞིག་ཡིན་ཆོ་ཉིན་བདུན་
ཀྱི་སྐར་མ་བྱེད་པ་ལས་བཤད་ཚུལ་གཞན་ཅི་ཡང་མེད་པའི་ཆོད་དུ་ཡོད་དོ།

② འདིར་མ་མཚོད་ལ་གོ།

མཚུགས་གཏམ།

ཆོན་ལག་གི་སྒྲོན་ནས་གནད་དུ་ཕབ་སྟེ་མགོ་ལོག་ཨ་སྒྲོང་ཁང་སར་མདེ་འདས་མཆོད་ཀྱི་སྒྲོན་འདི་ལ་
སྦྱབ་དགོས་པའི་བྱ་བའི་ཆོ་ག་ནི་ཡོངས་རྫོགས་མ་འདུས་པ་མེད་པར་གོང་དུ་བསྐྱུས་པའི་ཚུལ་གྱིས་བསྟན་
པ་ཇི་བཞིན་མོད། ཇི་མ་ཇི་བཞིན་སྦྱག་ཆེར་འབྲི་མ་ཐུབ་ཀྱང་གང་ལ་གང་འཚམ་ཞིག་ཆོད་ལྟ་བུ་དང་ལྷན་
བྱས་ཡོད། ཡིན་ན་འང་། གོང་དུ་བཏོད་ཟེན་པ་དག་རང་གཅིག་སྟེ་ནམ་དུས་དཔྱད་ཀྱིས་བྱུང་པ་མ་ཡིན་
པར་གཞན་དང་གཞན་གྱིས་ཐུགས་ཁུར་དང་རྒྱབ་སྐྱོར་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་འབྲས་ཏུགས་ཡིན། གོང་
དུ་མ་འདད་བའི་ཆ་དོན་ལོགས་པ། གྲོལ་ལྷགས་ཀྱི་སྒྲོན་དངོས་དང་མི་མཐུན་པ། མ་འཁྱོངས་བའི་ཆ་གང་
ཡོད་ཀྱང་བཀའ་དྲིན་གཞལ་ཐབས་བྲལ་བའི་ཆུན་རབས་པ་དང་སྟོག་པ་བོ་ལྟན་རྒྱས་ལ་ལྷག་བསམ་ཟེལ་
མེད་ཀྱིས་དགོངས་འགལ་མེད་པར་བྱ།

བཅར་འདྲི་བྱེད་མཁན། རྟོགས་མེད་རྡོ་རྗེ།

བཅར་འདྲི་བྱེད་ས། རྒྱང་མོ་དང་འཇམ་དཔལ། དཔལ་ཚོ།

བཅར་འདྲི་བྱེད་སའི་ལས་གནས། ཟླ་དཔོན།

བཅར་འདྲིའི་ས་གནས། མགོ་ལོག་གཅིག་སྒྲིལ།

བཅར་འདྲིའི་དུས་ཚོད། 2015.09.06

གསེར་རྟེའི་ཡུལ་གྱི་འདས་མཚན་རྒྱུ་ལྟངས།

དགོས་འདོད། རྟེ་གསེར་རྟེ།

སྤྱིང་གཞི།

ཡུལ་སྤྱིལ་གོམས་གཤིས་ནི་མི་རིགས་སོ་སོ་ཙམ་མ་ཡིན་པར་མི་རིགས་གཅིག་གི་ནང་དུ་འདྲ་ཡུལ་ལྟངས་སོ་སོའི་བྱེ་བྲག་ཡུལ་སྤྱིལ་སྤྱིལ་ཕྱེ་སྤྱིལ་ཕྱེ་ཡང་གོམས་སྤྱིལ་མི་འདྲ་བ་སྤྱིལ་ཕྱེ་ཡང་ཕྱེ་ཡང་དེ་ནི་སོ་སོའི་བྱེ་བྲག་འཕགས་གྱི་རིག་གནས་ཤིག་རེད། ལྷག་པར་དུ་འཚོ་བ་རྩིས་སྤྱིལ་གྱི་ཐད་ན་གོམས་སྤྱིལ་མི་གཅིག་པ་མང་པོ་མཆིས། དཔེར་ན། རྟེ་མོ་བྱེད་སྤྱིལ་གྱི་བསང་མཚན་བྱེད་སྤྱིལ་གྱི་འདས་མཚན་རྒྱུ་ལྟངས་སོགས་མི་འདྲ་བའི་གོམས་སྤྱིལ་ཐ་དང་པ་ཅི་རིགས་ཤིག་ཡོད། དེ་དག་གཅིག་གྱུར་བྱེད་དགོས་ཞེས་པ་ནི་དགོས་མེད་གྱི་རིག་གནས་གཏོར་བཤིག་ཅིག་རེད་མོད། གོམས་སྤྱིལ་དེ་དག་གི་མི་འདྲ་སའི་བྱེད་ཚུལ་ལ་རྒྱུས་ལོན་དང་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་པ་ནི་སྤྱིལ་རྒྱུན་རིག་གནས་དར་སྤྱིལ་གྱི་བྱ་བ་ཞུགས་སྤྱིལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པ་སྤྱིལ་མ་དགོས་པ་རེད། དེ་བས་བདག་གིས་ཀྱང་ཐེངས་འདིར་པ་ཡུལ་གྱི་ཡུལ་སྤྱིལ་རིག་གནས་དག་ལས་འདས་མཚན་གྱི་སྤྱིལ་རྟེ་སྤྱིལ་ཙམ་ཞིག་འབྲི་བར་བྱའོ།

དང་པོ་སྤྱིལ་མགོའི་སྤྱིལ་མ་འདྲེན་སྤྱིལ་གྱི་

ཆེས་ཐོག་མར་སྤྱིལ་མགོར་འདྲེན་སྤྱིལ་སྤྱིལ་མ་ནི་པལ་ཆེ་བས་འདས་པོ་ཁོ་རང་གི་སྤྱིལ་བའི་ནང་གི་དགོན་བདག་སྤྱིལ་གཙོ་བོ་དེ་འདྲེན་དེས་ལ་སྤྱིལ་མས་འདས་པོར་འཕོ་བའི་ཆོས་ལུང་སྤྱིལ་པ་རེད། བྱིས་ཆང་གིས་སྤྱིལ་མར་ཡོན་དུ་རྟེ་སོ་ཞིག་ལ་སྤྱིལ་ཆ་སྤྱིལ་མཐུར་འཐུས་ཆང་བྱས་ཤིང་དར་དཀར་ཞིག་སྤྱིལ་ལ་བཏགས་རྟེ་འཐུས་དེས། གང་དུ་རྟེ་སོ་ཞིག་ལ་དར་དཀར་པོའི་སྤྱིལ་ཐག་བྱས་ཡོད་པ་ཞིག་མཚན་ཆེ་དེ་ནི་འཕོ་རྟེ་ཞིག་རེད་ཟེར་རོ། གང་དུ་ཞིག་གསུམ་སྤྱིལ་མ་ཟེར་བ་ཞིག་ཀྱང་གདན་འདྲེན་ལ། དེ་ནི་གཤིན་པོ་འདས་ནས་ཉིན་ཞིག་གསུམ་གྱི་རྒྱུ་ལྟར་གདན་འདྲེན། དེ་ནི་སྤྱིལ་མགོའི་སྤྱིལ་མ་འདྲེན་ཅི་སྤྱིལ་བྱ་ཡང་གཙོ་བོ་བྱིས་ཆང་དེའི་འཕྱོར་བར་རྟེ་ལས།

གཉིས་པ། དུར་ཆས་ཕྱེད་སྒྲངས།

གཤམ་པོར་དུར་ཆས་ཕྱེད་སྒྲངས་ཀྱི་ཐད་ནས་བཅའ་པོ་འབྱུག་པར་གྱུར་རྗེས་རས་དཀར་པོ་ཞིག་གིས་
 རིའི་ངོ་གདོང་ཡོངས་སུ་འགོགས་པར་ཕྱེད་ཅིང་དེའི་རྗེས་སུ་བཅའ་པོ་སྐྱལ་མི་ཚོག་པར་ནམ་ཞིག་ལ་གཤམ་
 སྐར་ཡོད་ན་ཉིན་དེའི་སྐུ་རེངས་མ་ཤར་བར་དུ་སྐྱལ་མི་སྤྲོད། གཤམ་ཅིས་བྱས་རྗེས་གཤམ་སྐར་གྱི་སྐུ་རེངས་
 ཤར་བ་ན་ད་གཞོད་བཅའ་པོ་དེ་ཐོག་མར་གྲུ་བ་ཞིག་གིས་སྐྱལ་ཞིང་དར་དཀར་པོ་ཞིག་གིས་བཅའ་པོ་བཀྲུགས་
 རྗེས་ཤུར་སྐྱམ་མམ་བཅའ་པོ་འབྱུར་སྟོང་དུ་འཛོག་ས་ཆ་ལ་ལར་ངེས་པར་དུ་བཅའ་པོ་ལ་ཤུར་སྐྱམ་བཅོམ་སྤྲོད་
 གྲང། ང་ཚོ་ལ་ངེས་གཏན་མེད་ཅིང་ཡོད་གྲང་ཚོག་ལ་མེད་གྲང་བྱང། གནའ་དེང་མ་འབྲིས་འབྲལ་སྒྲབས་
 མི་བདེ་བའི་རྒྱུན་གྱིས་དུར་ཁྲོད་དང་ཏ་ཅང་ཐག་རིང་བ་དག་གིས་ལམ་ནས་ཞག་འདུག་ཕྱིད་དགོས་པས་
 བཅའ་པོ་འཛོག་སར་རྗེ་ལེབ་སྒྲིག་པ་རེད། དེ་བས་ས་སྟོང་མང་པོ་ན་རྗེ་ལེབ་སྒྲིག་ཡོད་པ་མཐོང་ལུག།

གསུམ་པ། དུར་ལས་ཕྱེད་སྒྲངས།

དུར་ལས་ཕྱེད་སྒྲངས་ཀྱི་ཐད་ནས་སྤྱིར་བཏང་མེད་དུར་དང་ཆུ་དུར། ས་དུར་དང་བྱ་གཡེང་སྟགས་ཚང་
 མ་དར་ཁྲོད་ལ། དེ་ལས་ཆུ་དུར་ཕྱེད་པ་ནི་གཙོ་བོ་བྱས་པ་རྒྱང་རྒྱང་ཟླ་ངོ་གཅིག་གཉིས་ཙམ་ལས་མ་ཡོན་
 པ་དག་དེང་མ་རྒྱུར་ཕྱེད། ས་དུར་ནི་དེང་མ་གཡལ་ས་ནས་མི་མང་བསད་པ་དག་གི་བཅའ་པོ་འབྱུར་
 ཚོད་མེད་པས་ས་འོག་ཏུ་སྐྱས་པ་དང་འགོས་ནད་ཅན་གྱི་རིགས་ཀྱང་ས་དུར་ཕྱེད་སྤྲོད། མེ་དུར་དང་བྱ་
 གཡེང་གཉིས་ལས་གནའ་དུས་མེ་དུར་ཕྱེད་པ་མང་ལ་དེང་སང་བྱ་གཡེང་ཕྱེད་པ་ཞིན་ཡོད། དེང་སང་དུར་
 ཁྲོད་ན་བཅའ་པོ་བཤའ་མཐན་གྱི་སྒྲ་བ་ཡོད་པས་ཚང་མས་སྒྲ་བྱིན་ནས་བཅའ་པོ་བཤའ་བྱ་འཇུག་གིན་ཡོད།
 དུར་ཁྲོད་ནས་བཅའ་པོ་བཤའ་མཐན་གྱིས་བཅའ་པོ་བཤའ་སྒྲུ་རྒྱོད་ལ་གསན་པས་རྩས་པ་ཁོ་ན་ལས་ཅི་
 ཡང་སྟག་མི་སྤྲོད། རྩས་པ་ལས་མིའི་ཐོང་རྩས་ལ་དུར་མཐན་གྱིས་བརྟགས་ཤིང་ཡག་པོ་ཞིག་ཡིན་ན་འབྱུར་
 འགྲོ་དེ་མིན་རྩས་པ་ཚང་མ་བརྟུངས་ནས་ཐལ་བར་བསྐྱར། ཐལ་བས་སྒྲུ་བད་བས་སོལ་ཡོད།

བཞི་པ། གཤམ་ཆོས་སྐབས་སྒྲངས།

གཤམ་ཆོས་སྐབས་སྒྲངས་ཀྱི་ཐད་ནས་ཤོང་སྐྱས་ལྷོ་སྐྱས་མགོར་དུངས་པའི་སྒྲ་མ་དག་གིས་འཕོ་བའི་
 ཆོས་ལུང་གསུང་དགོས་ལ། དེ་མིན་བདུན་བདུན་བཞི་བརྒྱའི་རིང་ལ་གྲུ་བ་ཅི་ཡོད་ཀྱིས་ཐོས་སྒྲུལ་
 འདོན་པ་རེད། བྱིས་མ་ཡིན་པའི་རི་ཐང་ནས་ས་སྟོང་དུ་ཤི་སོང་ན་ཤི་སར་རྗེ་བཞོས་མ་ཁེ་རྟེག་པ་དང་མ་

ཉི་དར་ཚྭ་ག་འཇུགས་སྒོལ་ཡོད། ད་སྐབས་ང་ཚོར་ཚོས་བྲིམས་སམ་དགེ་བཅུ་འདྲིམས་ཞེས་པ་ཞིག་བསྐྱར་
དར་བྱུང་ཡོད་ལ། བྲིམས་དེའི་ནང་དུ་གལ་ཏེ་གཤིན་པོ་དང་ཡང་གཤིན་པོའི་བཟའ་མེ་གང་རུང་ཚོས་
བྲིམས་དེར་འགལ་བྱུང་ཆོ་རུང་དགོན་གཅོས་ཉེ་སའི་དགོན་པ་དག་དང་གསེར་རྟ་སྒྲ་རུང་སྐར་སྐོགས་ཚོས་
ཐེ་ཁག་གིས་གཤིན་པོ་དེར་ཚོས་སྐྱབ་མི་ཆོག་པའི་བཀའ་བསྐྱགས་ཡོད་པ་རེད། ལ་རྩེས་མའི་དུས་ཚོད་དེར་
ཡང་བསྐྱར་དགེ་སྐྱབ་བྱེད་ཅིང་དེ་ལ་ཆང་མས་ཤི་ཆོགས་འདོན་ཞེས་ཟེར།

ཨ་བཀའ་འདུན་བྱེད་སྐབས།

ཉེ་འབྲེལ་དང་བྲིམ་མི་དག་གིས་ཐུ་བར་བྱེད་སྐབས་ནི་མི་དེ་ཤི་རྩེས་སུ་མིང་ནས་མི་འབོད་པར་མིང་
ཆོབ་དུ་མཐོ་རུས་པོ་དང་སྒྲ་བདེ་མ་སྐོགས་སུ་འབོད་ལ། ཉེན་ཞེ་དགུའི་རིང་ལ་བྲིམ་མི་དག་གིས་སྐྱ་མི་
བཀྲ། ལ་དེར་བྲིམ་ཆང་དེས་ཐིག་ལས་མི་བྱེད་ཅིང་རུ་རྟགས་དང་བྲིམ་མཚོས་ཚོས་ཀྱང་བྲིམ་ཆང་དེར་
བཙེ་བཀྲར་གྱི་ཚུལ་དུ་འགོ་འདུག་སྟེ་ད་གསུམ་ལ་གཟབ་དེས་སོ།

དུག་པ་བྱེད་ཐག་ཡུལ་ཚུགས་གཞན་དང་མི་འདྲ་ས་སྒྲིང་བ།

༡. གཤིན་པོའི་ཆེད་དུ་སྒྲ་མ་གདན་འདྲེན་སྒོལ་ལའང་མི་འདྲ་ས་ཡོད་དེ། གསེར་རྟའི་ཡུལ་སྒོལ་དུ་
ཐུས་མགོའི་སྒྲ་མ་དག་བེམ་པོ་དུར་ཁྲོད་དུ་མ་ཁྱེར་སྒྲོན་ལ་གདན་འདྲེན། བེམ་པོ་ཁྱེར་རྩེས་སྒྲ་མ་དངས་
རྒྱུའི་ཐད་ནས་གཏན་ཁེལ་ཡོད་པ་གཅིག་ནི་རྩོགས་པའི་སྒྲ་མ་རེད། དེ་ནི་དེས་པར་དུ་དགུང་ལྷག་ཉེན་
གངས་ཞེ་དགུ་བོའི་མཇུག་དུ་གདན་འདྲེན་བྱ་དགོས། སྒོལ་འདི་ཨ་མདོ་ར་རྒྱའི་ཚུགས་ན་མེད་ཟེར། ས་ཆ་
དེ་རུ་བདུན་པ་འམ་གྲུ་བ་བདུན་དངས་རྩེས་ལོགས་སུ་ཨ་མཚོད་ཅེས་པ་ཞིག་ཀྱང་གདན་འདྲེན་མོད། ང་
ཚོས་བེམ་པོ་དུར་ལས་བྱེད་ཉེན་རང་གི་བྲིམ་ཆང་གཙོའི་ཤ་ཉེ་རིང་དག་གིས་གཤིན་འགོག་སྒྲ་མ་ཟེར་ནས་
ཨ་མཚོད་ཅིག་གདན་འདྲེན་བྱ་དགོས། དོན་དངོས་དེ་ནི་ཤི་བོའི་རྣམ་ཤེས་ཉེ་རིང་ལ་ཆགས་ཞེན་སྦྱེས་
ནས་གནོད་སྦྱེལ་བ་ལ་འགོག་མཁན་ཡིན།

༢. འདས་མཚོད་སྐབས་སྐབས་ཀྱི་ཐད་ནས་དུས་ཚོད་ལ་རིང་ཐུང་ཡོད་དེ། ཨ་མདོ་ར་རྒྱའི་དཔུལ་རུའི་
ཚུགས་ཀྱིས་མི་ཞིག་ཤི་ཆོ་འདས་མཚོད་ཉེན་བཅུ་ལས་ཡན་བྱེད་སྒོལ་མེད་ལ། དེ་ཡང་འབྱོར་བ་མེད་པའི་
ཁྱེན་གྱིས་མ་ཡིན་པར་ཡུལ་སྒོལ་གོམས་གཤིས་སུ་གྱུབ། མགོ་ལོག་གཙང་ཤོལ་དག་གིས་ཕོ་ལ་ཉེན་ཨ་བཅུ་
དང་མོ་ལ་ཉེན་ཞེ་དགུ་ལས་མི་བྱེད་པའི་ཡུལ་སྒོལ་ཡོད་མོད། འདིའི་གནད་དོན་གསལ་བོ་མི་ཤེས། ང་

ཆོས་ལུས་སྒོལ་ལ་ཕོ་མོར་ཁྱུད་པར་མེད་པར་ཉིན་བཞི་བརྒྱ་ཞེ་དགུའི་རིང་ལ་འདས་མཆོད་རྒྱུ་བ་པ་རེད།

༡. གསེར་རྟའི་ལུས་སྒོལ་ལ་མི་ཞིག་གིས་མ་ཡིན་པའི་གནས་གཞན་དུ་ཆོ་ལས་འདས་པ་ན། གྲི་ཤིར་སོང་བ་ཡིན་ཅུང་མིན་ཅུང་ཤི་སའི་ས་དེར་དར་ཚྭ་ལ་ཐེན་པ་དང་དབུ་ཁང་ཟེར་ནས་རྩོད་བརྒྱུ་མ་ཏེ་སྤངས་པའི་སྒོལ་ཡོད་ལ། སྒོལ་འདི་ཡང་བོད་དུ་ཡོངས་ལ་མེད་དེ། ཨ་མདོ་ཐ་བར་གི་རྩོགས་དང་ཨ་མདོའི་ས་ཁུལ་མང་ཤོས་ན་སྒོལ་འདི་མེད།

མཚུགས་གི་གཏམ།

མཚུགས་རུ་རེ་བ་ཞིག་ལ་ནི་ང་ཆོ་ན་གཞོན་སུ་ཡིན་ཡང་རང་གི་ལུས་སྒོལ་སྤང་མེད་དུ་མི་འཛོག་པར་མ་ཟད་འདིའི་ཐད་ལ་རྒྱས་མོན་དང་དར་སྒྲེལ་བྱ་རྒྱུ་ནི་མི་རིགས་ཤིག་གི་རྗེས་རབས་པ་ཟེར་བའི་སྤྱི་མིང་དེའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པས་ཀྱང་གྲིས་རང་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་དང་ལུས་སྒོལ་ལ་དགའ་ཞིང་མཁས་པའི་མི་རབས་ཤིག་རྩ་འཛུགས་བྱེད་ཐུབ་མིན་ནི་ང་ཆོ་ཕྱི་རབས་པར་རག་ལས་ཡོད་པས་སོ།

ཁྲོ་ཁོའི་དབལ་བན་ཟླ་བའི་འདས་མཆོད་རུང་ཅམ་བཤད་པ།

དོན་གྲུ་མ་ལྟ།

ཟླ་བ་གཞི།

འདིར་སྐུ་མ་དང་མེར་མའི་གདུམ་རྒྱུགས་སྐོར་དགོན་ཟླ་བའི་ཁྲོང་དུ་མང་པོ་ཡོད་པས་བཅར་འདྲི་མ་
བྱས། གཙོ་བོ་དབལ་བན་ཟླ་བའི་མི་སྐྱེ་ཆོའི་འདས་མཆོད་ལ་དམིགས་ཏེ་ཐོན་ཆད་ཡི་གེར་མ་བཤོད་པ་
དང་ཉམས་སྤྱད་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པའི་ཡུལ་སྡེ་ལོ་མས་གཤིས་འགའ་མ་ཉམས་གོང་ཟླ་བ་དང་མ་འོངས་
པར་དབལ་བན་ཟླ་བའི་འདས་མཆོད་སྐབས་སྤངས་སོགས་སུ་ཞིབ་འཇུག་དང་དབྱུང་ཚུལ་འབྲི་མཁན་དག་
ལ་ངག་རྒྱན་གྱི་རྒྱ་ཆ་ཅམ་ཞིག་མཁོ་སྤྲོད་གྱི་རྒྱལ་དུ་དབལ་བན་ཟླ་བའི་ཀན་རབས་པ་སྐལ་བཟང་སྦྱིན་པ་
དང་དོར་བཀྲ་ཤིས། ཆོས་ཁོ་སོགས་གྱི་སར་སོང་ཟླ་བའི་འདས་མཆོད་སྐབས་སྤངས་སྐོར་ལ་བཅར་འདྲི་བྱས་པ་
ཡིན།

དང་པོ། རྒྱས་མགོའི་སྐུ་མ་གདན་འདྲེན་ཚུལ།

ཟླ་བ་འདིའི་མི་ཞིག་གི་བའི་དབང་དུ་བཏང་ན་ཐོག་མར་སྦྱོན་མེ་ཞིག་བསྦྱོན་ཏེ་ལམ་རིམ་གྱི་ཞལ་ཕྱེ་
དགོས་ལ། དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི་ལམ་རིམ་གཤིན་པོའི་རྒྱས་མགོར་ཞལ་ཕྱེས་ན་རྒྱས་མགོའི་སྐུ་མ་མ་ཐོས་ཀྱང་
བྱིན་ཆུབས་གྱི་ཚན་ཁ་ཤིན་དུ་ཆེ་བས་རྣམ་ཤེས་གྱི་འཕོ་བ་རང་ཤུགས་ཀྱིས་གོ་ལ་འགྲོ་བས། གཤིན་པོའི་ལམ་
སྦྱོན་ཏེ་བྱ་ཡིན་ཞེས་ངག་རྒྱན་དུ་ཆགས་ཡོད་པར་མ་ཟད་སྦྱོན་མེ་དེ་ཡང་ཞེ་དགའི་ཆོ་རྒྱུན་མཐུད་ནས་ཉིན་
མཚན་དུས་དྲུག་ཏུ་སྦྱོན་མེ་གཟིམ་དུ་མི་འཇུག། ང་ཆོའི་ཡུལ་འདིར་འཇིག་རྟེན་རྟེན་པར་གཙང་སྐྱ་ཞེས་
པ་ཞིག་དང་དགའ་ལྡན་སྐུ་མ་ཞེས་པ་གཉིས་ཡོད། གཙང་སྐྱ་ཞེས་པ་ནི་གཙང་བཀྲ་ཤིས་སྦྱར་པོ་ནས་དབལ་
བན་ཟླ་བར་གདན་དྲངས་པའི་སྐུ་མ་ཞིག་ཡིན་ལ། དགའ་ལྡན་སྐུ་མ་ཞེས་པ་ནི་དགའ་ལྡན་ཤར་ཅེ་ནས་
དབལ་བན་ཟླ་བར་གདན་དྲངས་པའི་སྐུ་མ་ཞིག་ཡིན། མི་ཞིག་གི་ཆོ་རྟེན་མཚན་དུས་དྲུག་གང་ཡིན་ཡང་
དབྱགས་གྱི་རྒྱན་ཆད་མ་ཐག་སྐྱ་འབོད་དུ་འགྲོ་དགོས་པས་ཐོག་མར་གཙང་སྐྱ་བསྐྱོལ་ཡོད། དེ་ནས་
གཙང་སྐྱ་པེབས་ཏེ་ཉིན་གསུམ་གྱི་རིང་ལ་ཆོ་ག་འདོན་པར་མ་ཟད་ཀྱང་རིག་སོགས་གྱི་དབང་དང་ལྡན་

པའི་ཆོ་ག་རྒྱས་པ་ཞིག་བཏོན་ཏེ། བསྐྱོན་བྱས་ཆེས་ཟུམ་ཏེ་འབྲུལ་དགོས་ལ་སྒྲ་མས་ཟུམ་ཏེ་གཤིན་པོར་
འཕྲོད་དགོས་པས་སྒྲུལ་ཡང་ཡོད་པར་མ་ཟད། ད་དུང་ཟུམ་ཏེ་ཆོ་ཐར་དུ་གཏོང་བ་དང་སྒྲ་མའི་ཕྱག་
ནས་ཕྱིར་ཉོས་ཏེ་བདག་སྦྱོར་བྱས་ན་འང་ཆོག ཟུམ་ཏེ་འབྲུལ་བ་ལ་ཏེ་སྒྲ་སྒྲུབ་གསུམ་དང་ཕྱག་ལ། ཟེ་
བཅའ་འཐུང་སྐྱོར་ཆ་ཆོང་དགོས་པར་མ་ཟད། ཐ་ན་མེ་ཆ་ལ་སོགས་པ་མི་གསོན་པོ་ཞིག་ལ་གང་ཆོང་ན་
གཤིན་པོར་ཡང་ཆོང་དགོས་པས་དེ་དག་ལུལ་དགོས་སོ། ཁོང་དུ་བརྗོད་པ་དག་ནི་གཙོང་སྒྲ་གདན་འདྲེན་
སྒྲུབ་ཡིན་ནོ།།

གཉིས་པ། ཨ་མཆོད་ལྷ་ཚུལ།

སྒྲུབ་ཆད་ཨ་མཆོད་པོས་ན་དེང་སང་ལྷ་བྱ་མ་ཡིན་པར་གསུང་མའི་ཆོ་ག་རྙིང་མས་འདོན་ཤིས་པ་
དང་རྙིང་མའི་ཆོ་ག་གསུང་མས་འདོན་ཤིས་པས་གསུང་རྙིང་མེད་པར་མཉམ་དུ་བསུ་ཆོག སྒྲུབ་ཆད་ཞེ་
དགུ་འདེད་ཅིང་བྱིས་བདག་གིས་ཨ་མཆོད་མི་འཕྱོར་བའི་དཀའ་ངལ་མེད་མོད། དེང་སང་ཨ་མཆོད་འཕྱོར་
བར་ཅུང་དཀའ་པས་བདུན་གསུམ་ཙམ་ལ་ཨ་མཆོད་འཛོག་པ་དང་རབ་ཡིན་ན་གྲ་བ་བཞི་གདན་དྲངས་
ནས་ཞེ་དགུ་འདེད་སྒྲུབ་ཡོད་པར་མ་ཟད། ཆ་རྒྱུན་ལ་བལྟས་ནས་གྲ་བ་གདན་དྲངས་ན་འང་ཆོག དེ་ནས་
ཆིས་པ་བཟང་པོ་ཞིག་གི་མདུན་དུ་ཆིས་བྱེད་དགོས་པས། ཆིས་པ་རབ་ཅིག་ཡིན་ན་གཤིན་པོའི་སྒྲེ་གནས་
ཀྱང་བཤད་སྒྲུབ་ཡོད་པ་དང་། ཆིས་བྱེད་སྐབས་བྱིས་ཆོང་གི་མིང་དགོས་པ་མ་ཟད་གཤིན་པོའི་མིང་ཡང་
བཤད་ནས། ཆིས་བྱས་ཆེས་གཤིན་པོའི་ལྷ་སྐལ་དང་ཆོས་སྐལ་སོགས་སྐུར་དུ་འབྱུང་ཆེད་རྩི་དར་འཐེན་པ་
དང་། ལྷ་སྐལ་བཞེངས་པ། སྒྲུབ་དཔར་བ་བཅས་གང་སྐུར་གྱིས་བསྐྱེད་དགོས་ལ་གཉེན་ཉེ་དང་མཐོན་པོ་
ཆོང་མས་ཏུབ་ཆ་དང་ཀྱ་རེ་སོགས་གང་ཡང་མི་བྱེད་པར་མ་ཁྱེ་འདོན་རོགས་བྱས་ཏེ་དགེ་བ་གང་ལེགས་
སྐྱབ་སྒྲུབ་ཡོད།

གསུམ་པ། སྐར་མའི་སྒྲ་མ་གདན་འདྲེན་ཚུལ།

སྐར་མའི་ཉིན་མ་ཐོན་པའི་སྒྲུབ་དུས་དབྱེད་པ་ཞིག་གདན་དྲངས་ཏེ་དུར་སར་བལྟ་དགོས་ལ་གཤིན་
སྐར་གྱི་ཉིན་ལ་སྒྲ་མ་དགའ་ཐུན་པ་ཞེས་པ་གདན་དྲངས་ཏེ་ཉིན་གཉིས་རིང་བཅུགས་ནས་དབང་དང་ལྷན་
ཆོག་གསུངས་པར་མ་ཟད། བསྐྱོར་བསྐྱོན་ལས་བྱས་ཆེས་སྒྲ་མ་དགའ་ཐུན་པར་ཏེ་སོགས་རང་གིས་ལྷན་ཆོད་
ཅིག་འབྲུལ་ཆོག་མོད། ཏེ་སྒྲ་སྒྲུབ་གསུམ་འབྲུལ་མི་དགོས་ལ་ངེས་པར་དུ་འབྲུལ་དགོས་པ་ནི་གཤིན་པོའི་

ཟས་པོར་ཡིན། རྩོན་ཆད་ང་ཚོའི་ཡུལ་འདིར་གཙོད་པ་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་བ་ཞིག་ཡོད་ཟེར། དེའི་མིང་ལ་ཨ་བྲུ་ཚོས་རྒྱ་མཚོ་ཟེར་ཞིང་ཁོང་གིས་བྱ་ཚང་དཀྱུགས་རྩེས་གཤིན་པོའི་དུར་ཐོག་ཏུ་བྱ་ཅི་ཙམ་ཡོད་པ་གསུངས་པར་མ་ཟད། བྱ་ཉིན་ཡང་བྱ་དེ་དག་ཁོང་གིས་གསུངས་པ་ལྟར་ཐོན་ཡོད་སྟེ། བྱ་ཉིན་ལེས་པོ་ཁྱེད་ནས་འགོ་སྐབས་ཕྱག་རྒྱ་རྩོན་དུ་བཟུང་ནས་འགོ་དགོས་ཏེ། དེའི་རྒྱ་མཚོན་ནི་ཕྱག་རྒྱ་ཡོད་ཚེ་ལམ་བར་དུ་ལྷ་འདྲེ་གདོན་གྱིས་མི་བྱལ་བའི་བཤད་རྒྱུན་ཡོད། གཤིན་པོ་དུར་ཐོག་ཏུ་ལེས་པོར་བདག་བྱེད་སྐབས་ཁ་བྱར་དུ་སྐབས་ནས་འཛོག་དགོས་ལ། གཤིན་པོ་དེ་པོ་ཡིན་ན་གཡས་སུ་འཛོག་དགོས་པ་དང་མོ་ཡིན་ན་གཡོན་དུ་འཛོག་དགོས། དེའི་རྒྱ་མཚོན་ནི་གཤིན་པོའི་ཕུས་སྤེང་དུ་ཅ་བྱང་པར་བ་ཞིག་གཙོན་རྒྱ་ཡོད་པས་ཡིན་ཟེར། གཉེན་ཉེ་རྒྱམས་སྐར་མར་སོང་སྟེ་བྱེད་ཐོན་དུས་སྐར་མ་བ་རྒྱམས་ལ་བྱུས་བྱེད་པར་མ་ཟད། བྱེད་བྱ་བཞི་ཆུང་ཆུང་རེ་ལ་ཁབ་གྱིས་ཕྱག་སྟེ་སྟེད་པ་དང་ས་ཡོད་པ་ཞིག་ལག་ཏུ་འཛོག་དགོས་པ་དང་། ༤་དཀར་པོ་ཉུང་ཉུང་རེ་ལག་མཐིལ་དུ་སྐྱག་པའི་དཔེ་ཡོད། སྐར་མ་བ་རྒྱམས་གྱིས་ཁ་བཤལ་རྩེས་བྱིས་དུ་སོང་སྟེ་ཇ་འཕྱུང་ཞིང་། རང་རང་སར་འགོ་ཚོག་དང་སང་སྐད་ས་འཁོར་ནང་དུ་འབྱུང་བཞིན་ཡོད་པས་ཏ་ཅང་སྐབས་བདེ་ཡིན་མོད། རྩོན་ཆད་ཡིན་ན་ལེས་པོ་འགེལ་སའི་སྐ་ཡི་སྒོ་གོང་སོགས་རྟོག་ནས་མཐུད་སྒོལ་ཡོད་ལ། དེང་སང་སལ་ཆེ་བས་ཤེས་གྱིན་མེད། གལ་ཏེ་རང་གི་ས་མ་ཡིན་ན་ལེས་པོར་བདག་བྱེད་སྐབས་ཕྱག་འཚལ་སྒོལ་ཡོད་པ་དང་། སྐྱ་སེར་གང་ཡིན་ཡང་རབ་ཡིན་ན་ཐ་འཕེན་གྱིས་མི་རེག་པའི་བཤད་སྒོལ་ཡོད། ད་དུང་ལྷར་སྐར་མར་འགོ་མ་སྤྱོད་བ་ཞིག་ཡིན་ན་ཐོག་མར་ཆེ་ཡི་འཕེན་པ་རྟོགས་པའི་གཤིན་པོ་ཞིག་ལ་སྐར་མར་འགོ་སྒོལ་ཡང་ཡོད་པར་མ་ཟད། ལེས་པོ་ཡོད་སར་བྱེད་པ་སོགས་འགོ་དུ་མི་འཇུག དེའི་རྒྱ་མཚོན་ནི་གཤིན་པོ་ཆེས་སྐྱག་སྐྱང་སྐྱེས་ནི་བྱེད་པོ་ཡིན་ཞེས་དག་རྒྱུན་ཡོད། དེ་ནས་དགོན་ཐེ་ལག་སོ་སོར་བརྩོ་རྟེན་འཛོག་པ་དང་། སྤྱོད་གནས་བཅོལ་བ། མ་ཉི་བཅོལ་བ་སོགས་བྱེད་པར་མ་ཟད། གཙང་སྐར་གཉིས་ལ་དེས་པར་དུ་མ་ཉི་བཅོལ་དགོས་ཤིང་བཅོལ་ཡོན་ལ་དདུལ་སྐར་བདུན་བརྒྱ་དོན་གཉིས་རེད་ཟེར། ད་དུང་དགོན་ཤག་གཉིས་ལ་ཕྱགས་ཐོག་གཅིག་མཉམ་དུ་འབྱལ་ན་འང་ཆོག

བཞི་བ། སྐར་མའི་སྒྲ་གདན་ཚུལ་དང་འདུན་བྱེད་ཚུལ།

རྟོགས་པའི་སྒྲ་མ་ནི་གཙང་རྟེན་སྒྲ་མ་ཞེས་བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་བསུ་སྒོལ་ཡོད་མོད། དེ་མེད་ན་སྒྲ་མ་གཞན་ཞིག་གདན་འུ་བྱས་ཏེ་གཤིན་པོའི་མིང་བྱང་བསྟེན་དགོས་པ་དང་བྱིས་ཚང་དེ་བ་ཚང་གིས་ཉིན་དེར་

སྤྱིར་མཚན་འཛིན་དགོས། འབྲལ་བ་ལ་རང་གིས་ནུས་ཚད་ཅིག་ལུལ་ཆེས་སྐར་མའི་བླ་མར་གདན་འདྲེན་
ནོ། །དེ་ནས་བཟུང་གཤིན་པོར་གྱི་ཚུགས་མི་བསྐྱར་བར་ལོ་རེ་བཞིན་དགུ་བ་སོགས་རྒྱུན་འབྱོར་སྤྱིར་
སྤེལ་ཡོང། གྱི་ཚུགས་ནི་གཤིན་པོ་དེ་ཉིད་གྱི་བའི་དུས་ཚུགས་ཡིན་ལ་ལོ་རེ་རེར་དུས་ཚུགས་དེར་ཐོན་པ་
ན་གྲ་བ་བརྒྱད་གདན་དངས་ནས་སྤྱིར་གནས་མཚོག་བརྒྱད་སྤྱིར་བ་སོགས་དགེ་སྦྱབ་མོང་བོ་བྱེད་སྤེལ་ཡོང།

ཐཱ་བ། རོགས་རམ་བྱེད་ཚུལ།

ཉིན་དེ་དག་གི་རིང་ལ་གཉེན་ཉེ་ཆོས་ཆོད་དར་བཙོ་རོགས་བྱེད་དགོས་པ་དང་། རྩོམ་འབྲུ་རོགས་
བྱེད་པ། གཤིན་པོའི་སྤོ་ཚུགས་ཉོ་བ། ཞེ་དགུའི་བར་དུ་ཅ་སྐོར་དེའི་བྱིམ་ཚང་དག་རེས་འཁོར་ནས་ཨ་
མཚན་དག་ལ་ཇ་བསྐོས་དུ་འགྲོ་བ་དང་སྤྱིར་མཚན་བཅའ་རོགས་བྱེད་པ། དགོན་ཐུ་ལག་ལ་བཙོ་རྟེན་འཛིག་
རོགས་བྱེད་པ་དང་སྐོས་འདུག་སོགས་རོགས་རམ་མང་བོ་བྱེད་སྤེལ་ཡོང། རྩོམ་ལ་རོགས་པས་ཁ་
ལན་ནམས་འགྲོ་ཁར་ཁྱེར་ཡོང་སྤེལ་ཡོང་ཡོང། དེ་ནི་ཆེས་ཆེན་ཏུ་སྒྲིག་སྤྱོད་བ་དང་ཆེས་རྒྱུད་ན་ཁ་བཏགས་
རེ་འབྱེད་དགོས། གཉེན་ཉེ་ཆོས་ཁ་ལན་ག་ཚད་བྱིན་ཡོང་པ་དག་ཐོ་ཡིག་ཏུ་བསྐོད་དེ་བྱིམ་མི་རང་རང་
གིས་སྤྱིར་གནས་སྤྱིར་བ་དང་མ་ཉི་བཅོལ་བ་སོགས་བྱེད་པར་མ་ཟད་ལྷ་ས་དང་ཁྲོ་སྦྱབས་སྤྱགས་ཆེ་ཆེན་
པོ་སོགས་ལ་རྒྱུད་ཐང་དུ་འགྲོ་བ་མང་བོ་ཡོང་དོ།

མཚུགས་གཏམ།

བྱིར་བཏང་བདག་ལྷ་བྱ་ལ་སྤྱོད་སྤྱོད་ལྷ་ཤེས་རབ་དང་སྤྱིར་སྤྱོད་ལྷ་ཡོན་ཏན་ཏུ་ཅང་ཞན་པའི་
རྒྱ་མཚན་གྱིས་མི་རིགས་ཀྱི་གོམས་སྤེལ་དང་དར་རྒྱུད་ཅིག་འབྱི་བའི་ཚད་ལ་ཐོན་མེད་པ་སྤྱོད་མི་དགོས་
མོད། འོན་ཏེ་ཀུན་སྤྱིར་རྒྱུ་པར་དག་པའི་སྤོ་ནས་པ་ལུལ་ལ་པན་པ་རུང་ཅམ་རེ་ཨེ་རོགས་སྐྱམ་ནས་གན་
པ་ཚོའི་དག་རྒྱུན་ལས་དབལ་བན་སྤེ་བའི་འདས་མཚན་རགས་ཅམ་ཞིག་བྱིས་པ་ལགས། གལ་ཏེ་འབྲེ་བ་
བོས་མ་འབྱོར་ས་དང་མ་འདད་ས་མང་བོ་ཡོད་མེད་པས་སྤྱོད་པ་བོ་ཡོངས་ལ་དགོངས་འགལ་མེད་པར་བྱ་
བ་དང་ཆབས་ཅིག་ཏུ་པ་ལུལ་གྱི་སྤྱུག་སོགས་པ་ཡོངས་ཀྱིས་དབལ་བན་སྤེ་བའི་ལུལ་སྤེལ་གོམས་གཤིས་ཆེ་
རྒྱས་ཆེ་ལོགས་སུ་གཏོང་བར་རེ་སྤོན་དང་བཅས་ཉེ་སྤེལ་བའོ།

མདོ་སྨད་མཛོད་དགའི་ཡུལ་གྱི་ཚོས་ཇི་ནང་བའི་འདས་མཚོད་བྱེད་སྒྲངས་
སྐོར་ཅུང་ཙམ་སྒྲེང་བ།

རྒྱུ་ལྟ་འཇམ་དབྱངས་དབང་ལྷན་མཛོད་དག།

སྒྲེང་གཞི།

ཕྱིར་རང་མི་རིགས་ལ་རང་གི་སྒོ་གོས་ཀྱི་ཚལ་ལས་ཐོན་པའི་ལོ་རྒྱུས་རིང་བའི་སྐོལ་རྒྱན་གྱི་རིག་གནས་དང་ཡུལ་སྐོལ་གོམས་གཤིས་སོགས་ཕུན་སྲུལ་ཚོགས་པ་ཡོད་པའི་ནང་དུ་གཤིན་པོར་འདས་མཚོད་རྒྱབ་པའི་གོམས་སྐོལ་བཟང་པོ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་། དུས་ཀྱི་འཕེལ་འགྱུར་དང་བསྐྱེད་ནས་གཞོན་སྐྱེས་རྣམས་ལ་ཆ་རྒྱས་མེད་པ་སོགས་ཀྱི་དབང་གིས་འདས་མཚོད་བྱེད་སྒྲངས་མང་ཡང་འདྲིར་རང་གི་པ་ཡུལ་གྱི་འདས་མཚོད་བྱེད་སྒྲངས་གཙོ་བོ་བྱས་ནས་དེའི་སྐོར་ཅུང་ཙམ་བྲི་བར་བྱའོ།

དང་པོ། འདས་མཚོད་སྐོར་གྱི་རྒྱན་ཤེས།

རང་གཞན་ཐམས་ཅད་སྐྱེས་པའི་མཐའ་མར་འཆི་དགོས་པ་ནི་འཇིག་རྟེན་ན་བསྐྱོད་ཏུ་མེད་པའི་ཆོས་ཉིད་ཅིག་རེད། འཆི་བ་ཞེས་པ་ནི་རང་ལུས་ཀྱི་འབྱུང་བཞིའི་རྣམ་པ་ཉམས་ཏེ་ཆོ་བསྙེད་རྫོགས་ནས་འཆི་བའམ། ཡང་ན་སྒོ་བྱར་དུ་སྐྱེན་ངན་ཞིག་དང་འཕྲད་ཆེ་རང་ལུས་འབྱུང་བཞིའི་རྣམ་པ་ཉམས་ཏེ་འབྱུང་བཞིས་བྱལ་བའི་ལུས་འདི་དང་། རྣམ་ཡང་འཆི་རྒྱ་མེད་པའི་རང་གི་རྣམ་ཤེས་གཉིས་པོ་སྔ་སྔར་ཁ་འབྲལ་བའི་སྐབས་ལ་འཆི་བ་ཟེར་བ་རེད།

དེས་ན་གང་སྐྱོང་བར་བྱ་བ་ནི་འདས་མཚོད་ཀྱི་སྐོར་ཡིན་ལ། གཤིན་པོ་དེ་ཉིད་ཆོ་ལས་འདའ་ཁར་རང་ཉིད་དམ་ཉེ་འཁོར་གྱི་མི་གང་རུང་གིས་མགོ་བུང་དུ་བསྐྱོར་ཏེ། དབྱགས་ལྷ་སྐྱག་གཡོན་ནས་གཏོང་བྱལ་བ་ཞིག་བྱ་དགོས། དེ་གང་ཡིན་ནི་ན། ལྷ་གཡམས་ནས་འགོ་འོང་བྱེད་པའི་རྒྱང་ནི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱང་རེད། དེར་བརྟེན། ལྷ་གཡོན་ནས་དབྱགས་གཏོང་བྱལ་བ་བྱས་ཏེ་མདུན་དུ་རང་གང་ལ་མོས་པའི་ཞིང་ཁམས་དང་། ཞིང་ཁམས་དེའི་སྟོན་པའི་སྐུ་འདྲ་བཤམས་བའམ། ཡང་ན་ཡིད་ལ་བསྐྱོམས་ཏེ་རྣམ་ཤེས་དེ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱང་དང་མཉམ་དུ་ལྷ་སྐྱག་གཡོན་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུ་དེར་འཕྲོས་ནས། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་སྐུལ་སྐུ་འབྱུང་བའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་། སྟོན་ལམ་བྱས་ནས་དག་པའི་ཞིང་མ། ཡང་ན་མཐོ་རིས་ཀྱི་

གནས་སྤྱི་ཆོས་ལྟན་ཉིད་ཀྱི་ལྷན་ཁྲིམས་ཀྱི་ཡོད། དེ་ལྟར་བྱེད་མ་ཐུབ་ཀྱང་སྤྱིར་བཏང་གི་མི་ལམ་པ་ཞིག་ཡིན་
ཡང་ཆོ་ལས་འདུལ་ཁར་མགོ་བྱང་དུ་གཏང་དེ་དང་གུས་ཅེ་གཅིག་གིས་རང་གི་རྩ་བའི་སྒྲ་མར་གསོལ་བ་
འདེབས་པ་དང་བྱིན་རྟེན་རྩ་ཆེན་ཡོད་ན་སྐབས་དེར་འཁུངས་པ་ཡོད། དེ་ནས་ཆོ་ལས་འདས་ཆེས་གཤིན་
པོའི་ལམ་པོ་སྒྲ་མ་གང་རུང་གིས་འཕྲོ་བ་མ་གནང་བའི་སྤྱོད་ལ་དུ་སྤྱིར་བཏང་ལག་པས་རེག་མི་རུང་ཞིང་མ་
སྤྱུལ་བར་རང་སྲོལ་འཛིན་དགོས། དེ་མ་བཞག་ན་ཐོག་མ་སྤྱི་ལག་པས་རེག་ས་དེ་ནས་གཤིན་པོའི་རྩ་
ཤེས་ལྷ་མོ་བྱིར་ཐོན་ཡོང། དེ་ཡང་སྐད་པ་མན་ཆད་ནས་རེག་ན་རན་སྲོལ་གི་གནས་དང་། སྐད་པ་ཡན་
ཆད་ནས་རེག་ན་བདེ་འགྲོར་སྤྱོད་ཤིས་གསུངས་ཡོད། སྤྱིར་རྩ་ཤེས་ཐོན་སའི་སྤྱོད་ཀྱི་དགུ་ཡོད་ཀྱང་། སྤྱི་གཙུག་
ཆངས་པའི་སྤྱོད་ཀྱི་ཐར་ལམ་གྱི་སྤྱོད་ཡིན་པས་རྩ་ཤེས་དེ་ནས་ཐོན་ཐུབ་ན་དག་པ་མཁའ་སྤྱོད་ཀྱི་གནས་
སྤྱོད་བར་གསུངས་པས་སྤྱི་གཙུག་ལ་ལག་པས་རེག་དགོས། གཤིན་པོ་དེ་ཉིད་ཆོ་ལས་འདུལ་ཁམས་ཡང་
ན་ཆོ་ལས་འདས་ཆེས་དེའི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་དང་མལ་གདན་སོགས་པགས་རིགས་ཡིན་ཆོ་དེས་པར་དུ་ལེན་
དགོས། ལྷ་མཆོན་ནི་སྒྲ་མ་རྩ་མ་པས་འཕྲོ་བ་གསུང་ཆོ་འཕྲོ་བ་མི་ཐེབས་ཟེར།

གཉིས་པ་འཕྲོ་བ་ལྷ་སྤྱོད་ལས།

སྤྱིར་འཕྲོ་བ་ལྷ་སྤྱོད་ནི་བྱི་དབྱགས་ཆད་མ་ཐག་སྒྲ་མ་གདན་ལྷ་བྱས་ཏེ་བྱི་དབྱགས་ཆད་ནས་ནང་
དབྱགས་མ་ཆད་པའི་བར་དེར་འཕྲོ་བ་ལྷ་དགོས། གལ་ཏེ་སྒྲ་མ་དངོས་སྤྱོད་གདན་ལྷ་མ་ཐུབ་ཆོ་རྒྱུང་འཕྲོ་
གནང་བར་ལྷ་དགོས། དེ་དག་ཅི་ཡང་མ་ཐུབ་ན་རང་གི་དང་པ་ཆེས་ཆེ་སའི་སྒྲ་མ་དག་གིས་གསུངས་པའི་
འཕྲོ་བའི་སྤྱོད་ཐག་ཀྱང་འཛིན་སྤྱོད་ཡོད། འཕྲོ་བ་ལྷ་པ་ནི་ཏ་ཅང་གལ་ཆེ་སྤྱོད་རྒྱུ་ལས། ཉིན་བཞིན་བྲམ་ཟེ་
གསོད་པ་དང་། མཆོམས་མེད་ལྟ་ནི་བྱེད་པ་ཡང་། །འདི་ཡི་ལམ་གྱིས་གྲོལ་འགྲུར་ཏེ། སྤྱི་གཉིས་གོས་པར་
མི་འགྲུར་རོ། ཞེས་དང་། ལྷ་མཆོན་པོའི་ཞལ་ནས་ཀྱང་། བསྐྱེད་ཏེ་སངས་རྒྱུས་ཀྱང་ལ་ཡོད། མ་བསྐྱེད་
ཆོས་ནི་ང་ལ་ཡོད། ཅེས་གསུངས་སོ། །

གསུམ་པ་ལམ་པོ་བཅོས་ཐབས།

དེ་ནས་ལམ་པོ་བཅོས་ཐབས་ནི་ཐོག་མར་རྐང་ལག་བསྐྱེད་ནས་ལག་པ་གཡམས་པ་སྤྱི་གཉིས་ལག་ཡིན་
པས་འོག་ཏུ་མནན་དགོས་ལ། དེ་ནས་སྤྱོད་རྩ་ཐོག་གམ་ཐག་པ་གང་རུང་གིས་བསྐྱེད་དགོས། སྤྱོད་པ་བསྐྱེད་ན་
ལ་སྤྱོད་ནང་དུ་འག་སོགས་བཞུར་བས་སྤྱོད་པར་དུ་བསྐྱེད་དགོས། དེ་ནས་སྤྱོད་ཆོགས་གཅིག་དགོས་ཏེ།

དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི་འབྲུང་པོ་རོ་ལངས་མི་རྒྱལ་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ནོ། །དེ་ནས་རིམ་བཞིན་མགོ་སྐྱོད་པའི་
བར་དུ་སྒངས་ནས་བསྐྱམ་དགོས། དེ་བྱས་ན་སྔག་རྩ་ལ་སྒྲུབ་ཐག་གིས་རི་མོ་ཞིག་འབབ་རྒྱ་ཡོད་པས་དེ་
འབབ་དགོས།

དེ་ནས་རས་ཁྱལ་དཀར་པོ་ཞིག་བཅོས་ཏེ་བེམ་པོ་དེའི་ནང་དུ་བསྐྱུས་ནས་ལ་བསྐྱམ་དགོས་ཀྱང་སྒྲང་
པའི་སྤྱི་གཙུག་སྒོ་ལ་འབྲུང་དགོས། ལྷག་པར་དུ་ཁྱལ་མའི་ནང་དུ་བསྐྱུས་ཀྱང་མགོ་བོའི་ཕྱོགས་གསལ་པོ་
བྱུང་གོས། དེ་ནས་རང་གི་དགོན་པའི་ནང་དུ་སོང་སྟེ་གཤིན་པོ་དེ་ཉིད་ཀྱི་བེམ་པོ་ཕྱིར་འདོན་བྱེད་པའི་ཆོས་
གང་ལེགས་དང་སྒྲར་སྟེ་བ་དང་བཟའ་མི་རྣམས་ལ་རྒྱབ་མིན་གྱི་ཆེད་དུ། འདས་པོའི་ལོ་རིམ་དང་འཆི་
དུས་གཟའ་ཆོས། དུས་ཚོད་མུ་ཕྱི་སྟགས་གསལ་པོ་ཤེས་པ་བྱས་ཏེ་ཆོས་བྱེད་དུ་འགྲོ་དགོས། ཆོས་པས་ཆོས་
བྱས་ཏེ་གཤིན་སྐར་སྟགས་གཏན་འཁེལ་ལྟར་བེམ་པོ་དུར་ཁྲོད་དུ་བསྐྱུལ། དེའི་དགོང་མོ་སྟེ་མི་རྣམས་ཀྱིས་
སྒོ་ལ་ཐལ་ར་རིམ་པ་གསུམ་དང་སྟེ་པོ་དང་རྒྱ་འདྲ་གཞག་སྟེ་ལོ་ཡོད། དུར་ཁྲོད་དུ་བེམ་པོའི་མགོ་ལྷབ་ཕྱོགས་
ལུ་གཏད་ནས་འཛིག་དགོས། དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི་ལྷབ་ཕྱོགས་བདེ་བ་ཅན་དུ་སྟེ་བའི་སྒྲོན་ལམ་གཏབ་པ་ཡིན་
ཟེར་སྟེ་ལོ་ཡོད། དེ་མིན་དུར་ཁྲོད་དུ་འགྲོ་བའི་མི་དག་ཕྱིར་ཐོན་ནས་གཙང་སྐྱ་བྱས་ཏེ་སྐྱ་གང་གིས་
མཚམས་གཤིགས་ཁྱུས་དང་རྩོད་དཀར་ནག་གཉིས་མེ་ལ་བསྟེགས་ནས་རྒྱ་དཀར་ནག་གཉིས་ཀྱིས་ཁྱུས་བྱེད་པ་
སྟགས་ཆོ་ག་འདོན་སྟེ་ལོ་ཡོད། དེའི་ཕྱིར་ཉིན་ཅས་པའི་སྟེང་དུ་བྱམ་རྒྱ་སྟགས་དགོས་ཤིང་། རས་ཁྱལ་དཀར་
པོའི་ནང་དུ་བསྐྱུས་ཏེ་ཕྱིར་ཁྱེར་ནས་ཕྱོང་བྱས་རྗེས་སྐྱོད་སྐྱབ་པ་དང་རབ་གནས་བྱེད། སྐྱོད་དེ་ཉིད་
རྒྱ་པོར་བྱུན་འདྲེན་པའམ་རིའི་རྩེ་མོ་དང་བྲག་ཕྱག་སྟགས་ལུ་གཞག་སྟེ་ལོ་ཡོད། དེ་མིན་བཟའ་བ་གང་ཅང་
གིས་ཕུས་པ་དེ་སྟེ་སའམ་གནས་གང་ཅང་ལ་ཁྱེར་ནས་མཇལ་བའི་སྟེ་ལོ་བཟའ་ལོ་ཡོད།

བཞི་བ། གཤིན་ཆོས་བྱེད་ཚུལ།

ཕྱིར་དུར་མཚན་བྱེད་སྐྱངས་མང་པོ་ཡོད་ཀྱང་དེད་ཅག་གི་པ་ཡུལ་འདི་ལ་མཚོན་ནས་བཤད་ན་གནའ་
ནས་བྱིན་སྟག་ཡིན་པས་ད་སྐབས་ཀྱང་བྱིན་སྟག་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད། དེ་ནས་དེད་ཅག་གི་སྟེ་པ་ལ་མཚོན་ན་
ཁྱིམ་ཚང་ཞིག་གི་མི་ཆེ་གོ་མོ་ཞིག་ཆོ་ལས་འདས་ཆོ་པས་ཆེར་སྟེ་མི་ཆང་མ་རོགས་ལ་ཡོང་བའི་སྟེ་ལོ་བཟའ་
ཡོད། ཡོང་ཡང་དགོས་ཏེ། འཛིག་རྟེན་གཏམ་གྱི་དཔེ་ལ། སྦྱིད་ལ་བོས། ལྷག་ལ་འཁོར་ཟེར་བ་ལྟར་སྟེ་པ་པས་
ཆེར་རོགས་ལ་ཡོང་ཡང་ལྷག་པར་དུ་དེའི་ནང་དུ་ཅ་ལག་བཅུ་གསུམ་བཀར་ཡོད་པ་དེའི་ནང་སྟག་ཡོང་

ཆོ་ཅུ་ལག་དེ་ངེས་པར་འཁོར་དགོས། ཅུ་ལག་དག་ནི། ཉང་བ་ཅུ་ལག་གྲ་ཚང་ཅུ་ལག་གཉིས། སྐར་གསར་
 ཅུ་ལག་སྐར་སྟེང་ཅུ་ལག་གཉིས། ཅུ་མང་ཅུ་ལག་དབྱས་ཆོ་ཅུ་ལག་བཅེ་བ་ཅུ་ལག་སྟོན་ལས་ཅུ་ལག་ཡར་
 འཕེལ་ཅུ་ལག་གཉིས། བར་སྐོར་ཅུ་ལག་བཅས་ཅུ་ལག་འདི་དག་གང་ཅུང་ལ་སྟུག་བྱུང་ཆོ་ཅུ་ལག་དེས་
 འགན་ཁུར་ཏེ་གཤིན་ཅིས་བྱེད་དུ་འགྲོ་བ་དང་དར་ཚྭ་ག་འཐེན་པ། སེར་མོ་བསྟུ་བ་སྟགས་བྱ་བ་མཐའ་
 དག་འགན་འཁུར་གྱིན་ཡོད། བཟའ་མི་རྒྱལ་གྱིས་ཀྱང་ལོ་གང་པོར་སྟེག་ལས་མི་བྱེད་བ་དང་ཞེ་དགའི་
 ཆོ་རོ་དང་སྐྱ་མི་བཀྲ་ལ་རྒྱན་ཆ་སྟགས་མི་འདོགས། དེ་མིན་སྟོན་སྟོལ་ལྟར་མན་མོན་ལོ་ལོན་ཞིག་ཆོ་ལས་
 འདས་ཆོ་སྟོན་པེམ་པོ་ལ་རེག་མ་སྟུང་བའི་ན་གཞོན་རྒྱལ་གྱིས་དེའི་ཀྱང་བའི་བྱི་གཙུག་ལ་རེག་སྟོལ་ཡོད་
 ཀྱང་སྟུག་ཆེན་ཡིན་ན་རེག་མི་ཅུང་།

དེ་མིན་གཤིན་ཆོས་བྱེད་ལྟངས་ནི་ཁྱིམ་ཚང་གི་འཁྱོར་བ་ལྟར་གཤིན་པོ་དེ་ཉིད་ཆོ་ལས་འདས་ཇེས་
 ཡར་སྐྱ་མ་དགོན་མཚོག་ལ་སྟུག་མཚན་འབུལ་བ་དང་། བར་དུ་དགེ་འདུན་དང་རྒྱལ་འཁྱོར་བ་རྒྱལ་ལ་
 བསྟེན་བཀྲར་བྱ་བ། མར་ངན་སྟོང་ལ་སྟེན་གཏོང་བྱ་བ་སྟགས་དགེ་ཆ་བསྟུབ་རྒྱ་དེ་ནི་གཤིན་པོ་དེ་ཉིད་ཆོ་
 ལས་འདས་ནས་སྟེ་བ་མ་སྐྱངས་བར་གྱི་བར་སྟེང་དེའི་ནང་ཞག་བདུན་སྟུག་རེ་རེར་འཆི་འཕོ་ཐངས་རེ་བྱ་
 དགོས་པས་རེད། ཤི་ནས་སྟེ་བ་མ་སྐྱངས་བར་གྱི་བདུན་སྟུག་རེ་རེའི་ནང་འཆི་འཕོ་མནར་གཅོང་གྱི་སྟུག་
 བསྟུལ་ཆེན་པོ་སྟུང་དགོས་ཀྱི་ཡོད། ཆོ་ལས་འདས་ཇེས་སུ་ནང་མི་རྒྱལ་གྱིས་བདུན་སྟུག་རེ་རེའི་ནང་
 བདུན་ཆོགས་བཟང་སྟེ་བདུན་ཆོགས་སོ་སོར་ཡར་སྐྱ་མ་དགོན་མཚོག་ལ་སྟུག་མཚན་འབུལ་བ་སྟགས་དགེ་
 སྟུབ་སྟེག་སྐྱངས་རྒྱ་ཆེན་པོ་བྱེད། བྱི་མར་སྟེ་བ་བཟང་པོ་ཞིག་ལེན་པའི་ཆེད་དུ་དེ་ལྟར་བྱེད་པ་ཡིན། ཞག་
 བདུན་བདུན་བཞི་བཅུ་ཞེ་དགའ་རྒྱ་ལ་ངེས་པར་དུ་སྟེ་བ་ལེན་ངེས།

ཞག་ཞེ་དགའ་ནི་བར་དོའི་ཆོ་ཆད་འིང་ཤོས་ཡིན་པ་མདོ་རྒྱུད་ཐམས་ཅད་ནས་གསུངས། དེའི་རྒྱུན་
 གྱིས་སྟེ་འདི་ལ་མཚོན་ན་རང་གི་སྐྱ་སྟུལ་མཐན་གསུམ་གཤན་འདྲེན་པ་དང་དགོན་པར་མང་ཆ་སྟོལ་བ་
 དང་དགོན་པ་གཞན་འགའ་ལ་མང་ཆ་སྟོལ་ཞིང་དགོན་པ་སོ་སོར་མ་ཁེ་བཅོལ་བའི་སྟོལ་ཡོད་ཅིང་། སྟེ་
 སྟུག་རྒྱལ་གྱིས་ཨ་མའི་བཀའ་དྲིན་སེལ་ཕྱིར་སྐྱ་རོ་ལེན་པ་དང་སྟེ་མི་རྒྱལ་གྱིས་ཀྱང་མ་ཁེའི་དར་ཚྭ་
 དང་མཚན་མར་སྟགས་སྟེར་བའི་སྟོལ་བཟང་ཡོད། སྟུག་པར་དུ་ཉིན་ཞག་ཞེ་དགའ་ངེས་པར་དུ་འདྲེན་
 དགོས་ཞེ་དགའ་ནི། བདུན་ཆོགས་བདུན་པ་འདི་ལ་ཟེར། དེ་གང་ཡིན་ཞེ་ན་ཆོ་ལས་འདས་ཇེས་སུ་ཉིན་གྲངས་

དེ་དག་སོང་བའི་མིང་དུ་ཆགས་ཤིང་། འདི་ནི་བདུན་ཚེགས་ཐ་མ་ཡིན་དགོས་པ་ནི། མདོ་དང་རྒྱུད་ལས་
སྤྱིར་བཏང་སྐྱེ་འཕྲོ་སྤྱེ་ཞིག་པར་དོའི་ཆོ་ཚད་རིང་ཤོས་ཀྱང་ཉིན་གྲངས་བཞི་བརྒྱ་ཞེ་དགུ་ལས་གཏན་ནས་
མེད་ཅེས་གསུངས་ཡོད། དེའི་སྤྱིང་གྱིས་བདུན་འདི་དག་ནང་དུ་དགེ་སྦྱབ་ཕྱིན་སྤོང་ལ་འབད་བའི་སྤོང་
བཟང་ཡོད་དོ།

མཆུག་བསྐྱབ་བ།

མཆུག་ཏུ་བྱ་འདོད་པ་ནི་དེང་གི་དུས་འདིར་མི་རིགས་གཞན་ལ་འབྲེལ་འདྲིས་ཆེ་བ་དང་། ཨ་གསར་
ལ་དགའ་བའི་དབང་གིས་རང་མི་རིགས་ཀྱི་ཡུལ་སྤོང་གོམས་གཤེས་སོགས་ཕྱོགས་གང་ཐད་ནས་ཉམས་
རྒྱུད་དུ་འཕྲོ་བཞིན་ཡོད། ལྷག་པར་དུ་འདས་མཆོད་བྱེད་སྤྲངས་མི་ཤེས་མཁན་མང་བས། ཆེད་དུ་དེར་
དམིགས་ནས་རང་སྤྱིའི་ལོ་ལོ་ན་བསམ་དཀར་ཞིག་ལ་བཅར་འདྲི་བྱས་པ་གཞིར་བཟུང་སྟེ་དེའི་སྤྱིང་དུ་རང་
གིས་ལུས་ཆོད་གྱིས་འབྲི་ཁུལ་བྱས་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་བདག་ལ་མཆོན་ན་དབྱེད་སྤོང་གི་ཤེས་རབ་དང་
སྤྲངས་སྤོང་གི་ཡོན་ཏན་གང་ཡང་མེད་པས་ཕྱོགས་འདི་ཡག་པོ་ཞིག་འཁྱོངས་མེད་ཀྱང་ཕྱི་རབས་པ་རྣམས་
ལ་ཕན་ཅུང་ཟད་རེ་ཞེ་ཐོགས་སྤྲམ་ནས་འབྲི་ཁུལ་བཞིས་པ་ལགས། རྗེས་ཕྱོགས་ཀྱང་འདིའི་སྤོང་ལ་ཞིབ་
འཆུག་ལེགས་པོ་ཞིག་བྱེད་པར་སྤོང་།

ཐུ་ཆེན་རྒྱུ་འདུག་ཐེ་བའི་འདས་མཆོད་བྱེད་སྒྲུངས་རགས་ཙམ་སྒྲིང་བ།

དོན་ཐུག་འཛུགས། རྒྱ་བྱུངས།

སྒྲིང་གཞི།

སྒྲིང་བྱ་བ་གང་ཡིན་ཡང་དོ་སྤྲོད་དགོས་པ་ནི་བྱ་བའི་ཆོས་ཉིད་ཅིག་ཏུ་ཆགས་ཡོད་པས་ངས་ཀྱང་
འདི་ནས་རང་སྒྲིང་བའི་ཀུན་པ་རྣམས་ལ་འདས་མཆོད་སྒྲུབ་སྒྲུངས་དག་བཅར་འདི་རགས་རིམ་ཞིག་བྱས་
ཏེ་ཡིག་ཐོག་ཏུ་ཡབ་པ་ཡིན།

དང་པོ། ཤི་མ་ཐག་པའི་བཅའ་པོར་བདག་བྱེད་ཚུལ།

ཐོག་མར་མི་ཞིག་གི་ཆོ་དཔེ་བཅའ་པོར་མི་གཞན་གྱིས་མི་རེག་པར་གཙོ་བོ་གཤིན་པོའི་སྤྱན་དང་ཆ་པོ་
སོགས་གྱིས་བཅའ་པོ་རས་གྱིས་བརྟམ་རྒྱུ་ཡིན། ཁང་བའི་སྤྱན་ཐོག་གསལ་གཉིས་ཐོག་གི་བྱ་པ་ལ་སྒྲེལ་སྤྱིད། བཅའ་
པོ་བརྟམ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། གལ་ཏེ་རྒྱུ་ལག་སོགས་ལེགས་པར་བརྟམ་ཡོད་ན་ཆོ་སྤྱོད་མ་ལ་ཕན་པ་
ཆེ་བའི་བཤད་ཚུལ་ཡོད། ད་དུང་སྒྲེ་སོགས་བརྟམ་པ་ནི་བཅའ་པོ་འགོག་པའི་ཆེད་ཡིན། དེ་ལྟར་མ་བྱས་ཆོ་
ནད་ངན་པ་འགོ་བའི་བཤད་ཚུལ་མང། ལས་ཆགས་ནད་དུ་ས་དང་ཐལ་བ་ལྷག་དགོས་ལ། དེའི་སྤྱིང་དུ་
རྒྱ་གསུམ་གྱིས་བྱར་གསུམ་དབྱིབས་ཤིག་བསྐྱེགས་རྒྱུ་བཅའ་པོ་སྤྱིང་ལ་འཛོག་སྒྲིང་ཡོད། ས་དང་ཐལ་བ་
ལྷག་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི་བཅའ་པོ་མི་ཆོར་བའི་ཆེད་དང་། དབྱར་ཁར་ཆ་རྒྱུད་ཀྱི་དབང་གིས་ཉིན་གསུམ་
བཞི་ཙམ་འགོར་རྒྱུ་བཅའ་པོ་ལས་ཁྲག་བཅུར་ཏེ་དཔེ་ནད་དུ་འཛོག་པས་སོ། ། བཅའ་པོ་དེ་དུར་ས་ཅ་ཁྱིར་
རྒྱུ་ལས་ཆགས་སྒྲུངས་ཏེ་ཁང་ཁྲད་ནས་མར་གཡུག་སྤྱིད།

གཉིས་པ། བྱིས་མཆོས་དང་སྒྲིང་བས་རོགས་བྱེད་ཚུལ།

མི་ཤི་སྐར་ན་སྒྲིང་མི་རྣམས་གྱིས་ཚམ་པ་སོགས་འབྲུ་རིགས་འཐག་ནས་བྱིས་ཆོང་དེར་སྒྲིང་ལ། བྱིས་ཆོང་
དེས་དེ་དག་ལ་ནས་ཆང་བསྐྱམ་ཏེ་འདྲེན་པའི་སྒྲིང་ཡོད། སྤར་དགོན་པའི་ནད་གི་དགེ་འདུན་པ་རྣམས་
གདན་འདྲེན་ལྷན་ཅད་ཁྱིམ་དེ་འགོ་སྒྲིང་ཡོད་ནའང་། དེང་སང་རྒྱུངས་འཁོར་སོགས་བསྐྱོར་ཏེ་འགོ་བསྐྱེབས་
མ་ཐག་ཏུ་མ་ཐན་པོ་དང་དགོན་བདག་སོགས་གང་ཡིན་དེས་འཁོར་འདྲེབས་པ་དང་གཞན་པ་རྣམས་གྱིས་

བཟོ་སྐྱོན་གསལ་ལ། ཁྱིམ་ཚང་དེ་དབུལ་ཕྱག་གང་ཡིན་ཡང་ཟླ་བའི་གཏན་ཁེལ་གྱི་མི་འགའ་ཡོད་པ་
(རྒྱ་རྒྱུ་དུ་ཀུན་ཅི་ཟེར)དེ་དག་གིས་བྱ་བའི་མགོ་མཇུག་ཐམས་ཅད་ལ་འགན་སྲུང་ཏེ་འདས་པོའི་
ཁྱིམ་ཚང་གིས་རོགས་ཅི་ཡང་བྱེད་མི་དགོས།

གསུམ་པ། གཤིན་ཚོས་སྐྱབ་ཚུལ།

དེ་ཡང་དབུལ་ཕྱག་གི་དབང་གིས། དབུལ་བོ་རྒྱམས་ཀྱིས་ཚོས་སྐྱབ་སྐབས་ཟླ་བ་བདུན་རེ་མ་གཏོགས་
འུ་ཐུབ་ཀྱིན་མེད་ལ། རོགས་རམ་བྱེད་མཁན་གྱི་མི་སྣ་ཡང་མང་བོ་མེད། གཤིན་ཚོས་འཐུས་ཚང་ཞིག་ཀྱང་
སྐྱབ་མི་ཐུབ་པས། ཟླ་བ་རྒྱམས་ལ་ཡང་འབུལ་བ་ཆ་དེམ་དང་། གོས་གསར་བ། དབུལ་སྒྲོར་གཅིག་རེ་
སོགས་འབུལ། དགོན་བདག་དང་སྐྱ་མ་སྟེ་འཕོ་བ་འདྲེན་མཁན་ལ་ཕག་མགོ་སོགས་འབུལ་བའི་སྒོ་ཡོད།
སྤྱིར་དགོ་འདུན་པ་རྒྱམས་ཞེ་དགྲའི་རིང་ལ་བཞུགས་སྒོ་ཡོད་ཀྱང་། ཁྱིམ་གྱི་འཕྱོར་བ་ཞན་ན་ཞེ་དགྲའི་
རིང་ལ་གཏན་འདེན་བྱེད་ཐུབ་ཀྱིན་མེད། བཟུ་ཅ་ཡོང་མཁན་ཡང་ཉེ་རིང་ཁྱིམ་མཚོས་སོགས་མ་གཏོགས་
མང་བོ་མེད། འཕྱོར་ཐུན་རྒྱམས་ཀྱིས་མ་མཚོད་མང་བོ་གཏན་འདེན་བྱས་ཏེ། ཟླ་བ་རྒྱམས་ཀྱང་གཅིག་
ཀྱང་མ་ལུས་པར་ཐམས་ཅད་འཛུམས། ཆ་ཀྱེན་དང་བསྐྱུན་ནས་དགོ་འདུན་པ་ལ་གསོལ་བ་འཐུས་ཚང་
འདེན། འབུལ་བ་ལ་ས་གཏན་དང་གཟན་ཤམ་སོགས་འབུལ་སྒོ་ཡོད། ད་དུང་ཁྱིམ་ཚང་དེ་ཡི་ཆ་ཀྱེན་
དང་བསྐྱུན་ནས་དབུལ་སྒྲོར་སོགས་འབུལ། དེ་མ་ཟད་དགོན་བདག་དང་མཁན་བོ་ཕེབས་ཡོད་ན། ཁྱིམ་
ཚང་ལ་ལས་ཏྲ་འབུལ་ཞིང་། ཟླ་བ་རྒྱམས་པར་བསོད་སྟོམ་ལ་སྒྲོ་ཚོད་སོགས་འབུལ་ལ། ཉེན་རེར་རྒྱུ་མི་
ཆད་པར་གོ་རེ་དང་ཤ་དེས་པར་དུ་འདེན་དགོས། ཁྱིམ་ཚང་དེ་ལ་གྲོགས་པོ་དང་ཉེ་རིང་སོགས་རོགས་
རམ་བྱེད་མཁན་ཡང་རབ་དང་རིམ་པ་མང་བོ་ཡོད།

བཞི་པ། གཤིན་སྐར་ཉེན་གྱི་བྱེད་སྒྲོ།

གཤིན་སྐར་ཉེན་ཕྱོགས་སོ་སོ་ནས་ངོ་ཤེས་དང་གྲོགས་པོ་གཉེན་ཉེ་སོགས་མང་བོ་འདུ། ཟླ་ཚང་ཡོངས་
ཐེབས་ནས་ཚོས་འདོན། དེ་དང་མཉམ་དུ་མང་ཆོགས་རྒྱམས་ཀྱིས་མ་ཅི་སྐར་མཐོན་པོར་མཉམ་འདོན་བྱེད་
ཅིང་། དེ་དག་ལ་ནས་དང་སྒྲོ། ལཔ། སྐད་པ་བཅས་སྟེར། མཚམས་སྒྱུར་བ་ཞིག་ཡོང་སྟེ་ཁྱིམ་ཚང་དེའི་
གཤིན་པོའི་འདས་མཚོད་བསྐྱབས་པའི་བྱ་བའི་མགོ་མཇུག་བར་གསུམ་རགས་ཙམ་ཞུ་དགོས། ཁྱིམ་ཚང་
གི་ཆ་ཀྱེན་དང་གནས་ཚུལ་ཅུང་ཙམ་བརྗོད། དུར་སར་མ་ཉིད་རྩོམ་བཞེངས་པ་དང་དར་སྟོག་སོགས་

མགོ་ལོག་སྐྱ་ནག་ཚོ་དྲུག་ལས་རྟ་བོའི་ཕྱོགས་ཀྱི་འདས་མཚོད་སྐོར་རགས་ཙམ་སྐྱེང་བ།

དམེ་ཚང་བདེ་ལྷན། རྟ་བོ།

སྐྱེང་གཞི།

སྐྱ་ནག་ཚོ་དྲུག་གི་འདས་མཚོད་སྐྱབ་སྒྲངས་ཀྱི་ཤུལ་བཞག་གི་རིག་གནས་འདི་ནི། སྐྱར་བོད་མི་ཞིག་
ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ངེས་པར་དུ་ཤེས་དགོས་ལ། ས་གནས་སོ་སོའི་འདས་མཚོད་སྐྱབ་སྒྲངས་མི་འདྲ་ན་ཡང་
འདི་ལ་ཞིག་འབྲུག་བྱས་ན་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རིན་ཐང་ལྡན་པའི་རིག་གནས་ཤིག་ཡིན་པས། གཤམ་གྱི་བཅར་འདྲི་
བརྒྱན་ནས་སྐྱ་ནག་ཚོ་དྲུག་ལས་རྟ་བོའི་ཕྱོགས་ཀྱི་འདས་མཚོད་སྐྱབ་སྒྲངས་རགས་ཙམ་སྐྱེང་ཡོད། རྟ་བོའི་
འདས་མཚོད་སྐྱབ་སྒྲངས་ནི་དག་རྒྱན་ལས་ཐོན་པའི་འདས་མཚོད་སྐྱབ་སྒྲངས་ཤིག་ཡིན། འདྲིར་སྐྱེ་བའི་
འདས་མཚོད་སྐྱབ་སྒྲངས་ལ་གསལ་ཆ་ཆེ་བའི་རྟ་བོ་ཞིག་ལ་བཅར་འདྲི་བྱས་ཏེ་ཅུང་ཙམ་སྐྱེང་ཡོད།

བཅར་འདྲི་དངོས།

བདེ་ལྷན། ས་ཆ་འདྲིར་མཚོན་ན་ཤི་བའི་ཆོ་བམ་པོ་བདུན་གཅིག་གམ་ཉིན་གྲངས་དུ་མར་བྱིས་ནས་འཛོག་
སྒོལ་ཡོད་དམ་མེད། ཡོད་ན་དེའི་འཛོག་སྒྲངས་ག་འདྲ་ཞིག་ཡིན།

འོད་ཟེར་དོ་ཨ། བྱིས་ཚང་ལ་ལས་བདུན་གཅིག་ལ་འཛོག་སྒོལ་ཡོད་ལ། སྐར་ཐག་རིང་ན་བདུན་གཅིག་
དང་ཕྱེད་ཀར་འཛིན་པའང་ཡོད། གལ་སྲིད་ཉིན་བདུན་ལ་མ་བཟུང་ཆོ་ཉིན་གསུམ་བཞིར་ངེས་པར་འཛིན་
སྒོལ་ཡོད།

བདེ་ལྷན། བདུན་འདེད་སྒྲངས་ག་འདྲ་ཞིག་དང་། གྲ་བ་དུ་ཙམ་ཚང་དགོས།

འོད་ཟེར་དོ་ཨ། བདུན་འདེད་པའི་སྐབས་རང་ས་གནས་ཀྱི་ཡུལ་སྒོལ་ཉར་ན་ཐོག་མར་བདུན་གཅིག་འདེད་
པ་དང་། དེ་ནས་ཡང་བདུན་གཅིག་འདེད་སྒོལ་ཡོད་ལ་ཆེས་མང་ནའང་བདུན་གསུམ་མ་གཏོགས་འདེད་
སྒོལ་མེད། དེ་སྐབས་བདུན་བདུན་ཞེ་དགུ་འདེད་སྒོལ་ཡོད་པ་ནི་མགོ་ལོག་སྐྱ་ནག་གི་འདེད་སྒོལ་ཡིན། ཐོག་
དང་བོར་གྲ་བ་བདུན་ཚང་སོང་ན་བདུན་བདུན་ཞེ་དགུ་ཚང་སོང་ཟེར་སྒོལ་ཡོད། གལ་སྲིད་གྲ་བ་བདུན་
མ་ཚང་ནའང་གྲ་བ་བཞི་ངེས་པར་དུ་ཚང་དགོས་པའི་བཤད་སྒོལ་ཡོད། དེ་ཁྱར་དགེ་སྦྱོང་བཞི་སྟེ་ཞིག་གདན་

དངས་ཏེ་འདས་མཆོད་ཀྱི་ཆོ་ག་སྟགས་མ་ལུས་པར་བསྐྱབ་དགོས། ཤི་བའི་ཉིན་དེར་གཤིན་པོའི་ལོ་རིམ་
དང་ཤི་བའི་དུས་ཆོད་སྟགས་གསལ་བོར་ཅིས་པ་ཞིག་གི་མདུན་དུ་བྱེད་ནས་ཅིས་བྱེད་དུ་བཅུག་ཞེ་རིམ་གྱི་
སྟགས་མ་ལུས་པར་སྐྱབ་སྟོན་ཡོད། དེའི་རྒྱུ་ཤི་བོ་རང་ལ་དད་པ་ཡོད་པའི་སྐྱ་མ་ཞིག་གདན་དངས་ནས་
འཕོ་བ་བྱ་དགོས།

བདེ་ལྡན། ཀན་པ་ཞིག་ཤི་བའི་ཆོ་དཔེ་པར་དུ་བདུན་གཅིག་ལ་བྱིས་དུ་འཛོག་དགོས་པ་དང་། དེ་ནི་བྱིས་
དེའི་གཡང་ཡིན་ཞེས་བཤད་པ་བདེན་ནམ། གཞན་ཡུལ་གཞན་ནས་འདས་པོ་དག་གི་བཅ་པོར་བདག་ཇི་
ལྟར་བྱེད།

འོད་ཟེར་རྩོུ་མེ། ལོ་ན་བགེས་པའམ་ཀན་པ་ཞིག་ཡིན་ན་བྱིས་ཀྱི་གཡང་ཞེས་འཕོད། དེའི་ཁྱེན་གྱིས་ཉིན་
བདུན་ལ་བབྱང་བ་དང་སྐར་ཐག་རིང་ན་ཉིན་བཅུར་འཛིན་སྟོན་ཡོད། དེ་འབྱེད་བའི་སྐབས་ལའང་གཡང་
སྐར་ཡིན་མེན་ལ་སྟོན་ཡོད་ལ། གཡང་སྐར་ཡིན་ན་འབྱེད་སྟོན་མེད། གཡང་སྐར་ཡིན་པའི་སྐབས་དེར་
ཀན་པ་དེ་ལོ་ཡུན་རིང་ཞིག་ལ་བསྐྱད་པས་བྱིས་ཆང་དེའི་གཡང་ཡིན་ཁྱེན། ཤི་བའི་ཆོ་ན་མཐོག་གསལ་སྐྱར་
ངང་ནས་འབྱེད་མེ་རུང་ཞེས་བཤད་ཚུལ་ཡོད། ས་ཆ་གཞན་ཞིག་ནས་ཀན་པ་དང་དར་མ་གང་ཡིན་རུང་
ཆོ་ལས་འདས་ན་བྱིས་བྱིས་ལ་བྱེད་ནས་ཡོང་སྟོན་མེད་ལ། ས་གང་ནས་ཆོ་ལས་འདས་ན་ཕྱོགས་དེའི་དུར་
སར་འབྱེད་སྟོན་ཡོད། ཤི་ས་ཡལ་ས་དུར་ས་གསུམ། །གཤིས་རྩེའི་འཕྲེང་ལ་རྒྱག་ས་ཡིན། ཞེས་པ་ལྟར་དེའི་
དུར་སར་འབྱེད་དགོས་པ་ལས་བྱིས་ལ་བྱེད་ནས་ཡོང་སྟོན་མེད།

བདེ་ལྡན། དེ་ན་ལྷས་མགོ་སྐྱ་མར་འབུལ་བ་ཅི་ཞིག་དབུལ་དགོས། དེས་པར་དུ་ཆང་དགོས་པའི་ཆ་ཁྱེན་
གང་དག་དང་། དེས་ཅི་ཞིག་མཆོན་པ་སྟགས་བཤད་ན་ཆོག་གས།

འོད་ཟེར་རྩོུ་མེ། སྐྱ་མར་བསྐྱོད་ཏེ་ན་འབུལ་བའི་སྐབས་སུ་འདྲ་ལྷས་རྟ་འབུལ་བར་ཆང་དགོས་པ་མང་པོ་ཞིག་
ཡོད་དེ། རྟ་སྐྱ་སྐབས་གསུམ་དང་གྱི་དང་མེ་ཆ། ཐེང་བ། བ་མ། ཐོམ་བ། ཟ་ཏ་སྟགས་དབུལ་དགོས་ལ། བཤད་
སྟོན་ལྟར་ན་ལྷས་མགོའི་སྐྱ་མར་དེ་དག་འབུལ་དོན་ནི་སྐྱ་མས་བྱི་མའི་ཡུལ་གྱི་གཤིན་པོར་འཕྲོད་པའི་བཤད་
ཚུལ་ཡོད་ཅིང་། གཤིན་པོའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱིས་བྱིས་ཆང་གིས་ང་ལ་དངོས་པོ་ཐམས་ཅད་བྱིན་སྲིད་སྐྱང་ནས་
ཞེན་ཆགས་མེད་པས་སྐྱ་མས་འཕོ་ལྱང་བཏབ་ཆོ་དགོས་པ་ཁྱུད་པར་ཅན་ལྡན་ནོ།

བདེ་ཐུན། བེམ་པོ་ཐོམ་སྐབས་སུ་མཐུད་པ་བྱུག་སྒྲངས་གཞན་ཡོད་དམ། ཡོད་ན་རི་ལྷ་རྩེ་ཡིན། དེ་ལ་རྒྱ་
མཚན་སོགས་བཤད་ཚུལ་རེ་ཡོད་ཨེ་ཡོད།

འོད་ཟེར་དོན་ཤེ། བེམ་པོ་ཐོམ་པའི་སྐབས་སུ་ཤི་མཐུད་ཅེས་པའི་མཐུད་པ་བྱུག་དགོས་པ་དང་། བེམ་པོ་
ཐག་པས་ཐོམ་སྐབས་ཀྱང་ཐོག་མར་སྐེ་བཟམ་དགོས་ཏེ། དེས་ཁ་སྐྱ་ལས་ཁྲག་འབྱུང་བ་དང་རོ་ལངས་
རྒྱགས་པ་སོགས་འགོག་པས་སོ། །དེ་ནས་མཚན་ལག་སོགས་བཟམ་དགོས། ཐག་པ་བཤིག་སྐབས་ཀྱང་ལག་
པས་བཤིག་སྒོལ་མེད་ལ། ཡིན་གཅིག་མིན་གཉིས་གྱི་དང་ཁེ་གྱི་སོགས་ཀྱིས་ཆེ་རང་ཕྱྱགས་སར་མི་སྐྱོར་
གཙོད་དགོས།

བདེ་ཐུན། ས་མའི་བེམ་པོ་བྱ་ཕྱུག་གིས་བདག་བྱ་རུང་དམ། རུང་ན་བདག་བྱེད་སྒྲངས་ཅི་འདྲ་ཡིན།

འོད་ཟེར་དོན་ཤེ། གསོན་ན་མི་བདག་དང་ཤི་ན་རོ་བདག་ཅེས་བཤད་སྒོལ་ཡོད་ལ། བྱ་ཕྱུག་རྒྱུང་དུས་ས་
མས་གཏོར་བ་དང་ས་མ་ཆས་ཆོ་བ་ཞི་འཛིག་རྟེན་གྱི་འགྲོ་ལྷགས་ཤིག་རེད། བཤད་སྒོལ་ལ་
ལར་ས་མའི་བེམ་པོ་བྱ་ཕྱུག་གིས་བདག་བྱ་མི་རུང་ཟེར་མོད། འོན་ཀྱང་མི་རུང་བ་ཞིག་མིན་ཏེ། བདག་
བྱེད་སྐབས་ཐོག་མར་ཕྱག་གསུམ་དང་གསོལ་བ་བཏབ་དགོས། དེ་ལ་དྲིན་ལན་ཞིག་མ་གཏོགས་ཉེས་པ་
ཞིག་གཏན་ནས་མེད། རང་གི་གཉེན་ཉེའམ་ཡང་ན་མི་གཞན་གྱི་བེམ་པོར་བདག་བྱས་ན་ལོའི་ཆེ་རྒྱུང་སྒྲར་
བདག་བྱེད་མཐན་མི་འདྲ། དཔེར་ན། གཤིན་པོ་དེ་ཆན་པ་ཞིག་ཡིན་ན་དེ་དང་མཉམ་པའི་ལོ་ཚོད་གྱི་མི་
ཞིག་གིས་བདག་བྱེད་ལ། དམིགས་བསལ་དུ་གྲ་བ་ཞིག་ཡིན་ན་ཐོང་བས་བདག་བྱེད་སྒོལ་མེད་ཅིང་། ཐ་
ན་རེག་ཀྱང་མི་རུང་ཟེར། ཡིན་ན་འང་རང་གི་སྤྱ་རྒྱ་དང་ས་མ་སོགས་ཀྱིས་བདག་བྱས་ན་སྦྱོན་མེད་ཟེར་
སྒོལ་ཡོད།

བདེ་ཐུན། ཡ་ཡ། བེམ་པོ་བཤས་ཤུལ་དུ་རུས་པ་བརྒྱུངས་པ་དང་མཉམ་དུ་རྩམ་པ་སོགས་གཏོར་བའི་རྒྱ་
མཚན་ཅི་ཡིན། དེ་སྒྲར་བྱས་ན་དགེ་མཚན་ཡོད་ནི་ཨེ་རེད།

འོད་ཟེར་དོན་ཤེ། རོ་བྱ་གཡེང་བྱས་ཆེས་རུས་པ་བརྒྱུངས་ཤིང་ཐལ་དུ་གཏང་དགོས་པ་དང་། བྱས་ཆོས་ཆེས་
ཤུལ་ལ་རྩམ་པ་དང་བྱེ་སྒྱུ་སོགས་གཏོར་བ་ནི་བསམ་པ་དཀའ་པོ་མཚོན་ནོ། །རྒྱར་ལས་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་
རྩམ་པ་འདེབས་པ་ནི་ཁྲག་ལྷས་སྤོང་དུ་མི་འགོས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ཡིན།

བདེ་ཐུན། བྱིས་པའི་འདས་མཚན་བྱེད་སྒྲངས་ཁྱད་པར་བ་ཞིག་ཡོད་རྒྱུ་རེད་མོད། དེས་ན་དེ་ག་འདྲ་ཞིག་

ཡིན། དམིག་བསལ་གྱི་བྱང་པར་འབྱེད་རྒྱ་ཡོད་དམ།

འོད་ཟེར་དོན་མེད། མངལ་ནས་ཆོལ་ས་འདས་པའི་བྱིས་པ་ལ་ཆོས་བྱེད་སྒོལ་མེད། སྤྱི་ནས་སྤྱི་གཉིས་གསུམ་འགྲོར་ནས་ཆོལ་ས་འདས་ཆོལ་ས་མགོའི་སྤྱི་མ་དང་གྲུ་བ་བཞི་ཡིས་བདུན་གཅིག་འདྲེད་དགོས། རང་ས་ཆའི་ལུགས་སྒོལ་ཡིན་ན་དུར་སར་མི་འཛོག་པར་དེའི་བཅའ་པོ་བསང་བློད་^① དང་ཐག་སྒྲ། རྩར་བསྐྱར་བ། ཟམ་གྱི་འོག་སོགས་ལ་འཛོག་སྒོལ་ཡོད། བྱིས་པ་མི་འཆོམས་པའི་བྱིས་ཆང་ཞིག་ཡིན་ན་དེ་ལ་སྤྱི་ཆོད་ཅེས་པའི་སྐྱབ་སྤྱངས་ཤིག་ཀྱང་ཡོད། བྱིས་ཆང་དེ་ལ་ཡང་བསྐྱར་བྱིས་པ་ཞིག་སྤྱིས་པའི་ཆོན་ཡང་མིང་འདོགས་ཚུལ་ཡང་མི་འདྲ་བར་གཞི་བདག་སོགས་ཀྱི་མིང་འདོགས་ཚུལ་ཡོད། དེ་ལ་སྤྱི་མིང་ཞེས་འབོད་ལ་སྤྱི་ཆོད་ཅིག་ཡིན་ན་རྒྱ་ཐོགས་དང་བྱིའི་ཁ་འོག་ནས་ལེན་པ་སོགས་མིང་འདོགས་ཚུལ་ཡོད།

བདེ་ལྷན། རྩོན་ཆད་མང་ཆེ་བས་བཅའ་པོ་གཡག་ལ་བཀལ་ནས་འགྲོ་སྒོལ་ཡོད་བས། འགལ་ཚུལ་ལ་པོ་མོ་དང་མགོ་སྟོན་ཕྱོགས་ལ་བྱང་པར་ཡོད་དམ། བཅའ་པོའི་འོག་ཏུ་ཅི་ཞིག་གདིང་དགོས།

འོད་ཟེར་དོན་མེད། རྩོན་ཆད་བཅའ་པོ་གཡག་ལ་འགལ་སྐབས་གཡག་ཁ་བྱིར་བསྐྱར་ཅིང་སྤྱི་མ་ཞིག་གིས་བཅའ་པོ་འགལ་སྐྱད་ཀྱི་ཐིག་གུ་དེ་མཐོགས་སྐྱར་དང་ནས་སྐྱུ་དགར་བའི་སྒོལ་ཡོད། དེ་ཆེས་བཅའ་པོའི་མགོ་བྱིར་བསྐྱར་ཏེ་པོ་གཡས་དང་མོ་གཡོན་སར་འགལ་དགོས། དུར་སར་འཛོག་སྐབས་ཀྱང་པོ་གཡས་དང་མོ་གཡོན་སར་འཛོག་བྱུ་ཆོགས་སྤྱིང་བའི་སྐབས་བཅའ་པོ་གཡག་ལ་འགལ་སྒོལ་ཡོད་བས། ལམ་ཐག་ཅུང་རིང་ན་ལམ་བར་ནས་དལ་གསོ་བྱེད་སྐབས། གྲིམ་ཕྱགས་བཞི་བཅིངས་ཏེ་བཅའ་པོ་དེའི་སྤྱིང་དུ་འཛོག་སྒོལ་ཡོད། གྲིམ་ཕྱགས་བཞི་བཅིང་བའི་རྒྱ་མཆོན་ནི་གཤིན་པོའི་སྤྱི་མི་འབྱུང་པའི་སྤྱིང་ཡིན། དེ་མིན་དོན་ཐོག་ཏུ་བཞག་ན་ཡང་ཆོག་ས་སྤྱིང་དུ་བཞག་ན་སྤྱི་མི་འབྱུང་འགྲོ་ཞེས་ཟེར་ཚུལ་ཡོད།

བདེ་ལྷན། བཅའ་པོ་སར་འཛོག་མཐན་གྱི་མི་དེ་དང་གཤིན་པོ་གཉིས་ཀྱི་ལོ་རིམ་སྤར་ཁ་མཐུན་དགོས་སམ། དེ་ལ་བཤད་པ་གཞན་ཡོད་དམ།

འོད་ཟེར་དོན་མེད། སྐར་མ་འགྲོ་བའི་སྐབས་སུ་ལོ་རིམ་སྤར་ཁ་ལ་སྤྱི་ཚུལ་ཡོད། གལ་སྲིད་རེག་མི་ཉན་སར་རེག་པའི་ཆོལ་འགྲོ་སྤྱི་བྱེད་པས་རེག་མི་ཉན་ཟེར་ཚུལ་ཡོད། ལོ་དག་མཐུན་མིན་བཞུས་ཆེས་ད་གཞོད་

① རྩ་ཆོད་པའི་སྤྱི་མ་འབྱེགས་ཅན་གྱི་ས་ཆའི་མིང་།

རེག་ཚོག་ལོ་དག་མི་མཐུན་པ་ཞིག་གིས་རེག་པའི་ཚེ་ཤི་བོ་དེ་ལ་གནོད་པ་དང་བཅའ་པོ་བདག་བྱེད་མཁན་
དེ་ལ་ཡང་གནོད་པ་ཆེ།

བདེ་ལྷན། བཅའ་པོ་བདག་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་བཅའ་པོ་འདྲེན་མའི་ཕུར་བ་རང་གིས་བདེ་བ་དགོས་སམ།
དམིགས་གསལ་གྱིས་ཁྱེད་པར་འབྱེད་ཚུལ་དང་། རྒྱལ་ཚོག་མིན་གྱི་བཤད་པ་ཡོད་དམ།

འོད་ཟེར་དོ་རྩེ། བཅའ་པོ་བདག་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་ཐོག་མར་ཕུར་བ་ཞིག་བདེ་བ་དགོས་པ་དང་དུར་སར་
ཕུར་བ་དང་གཏེར་དོ་མོགས་ཡོད་ན་དེ་དམིགས་བསལ་ཡིན། རྒྱལ་པོའི་སྐབས་སུ་ཡང་སྐྱ་མ་ཞིག་གིས་
བཟུང་ཆེས་ད་གཟོད་རྒྱལ་ཚོག་ བཅའ་པོ་བདག་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་ཕུར་བ་བཟུར་བའི་སྐོར་ལ་ངེས་པར་དུ་འབལ་
དགོས། ཕུར་བ་བལ་ཆེས་ཕུར་ཕུལ་དུ་ནས་འབྱུག་གཏོར་སྐོར་ཡོད། ལོ་དག་མི་མཐུན་པས་རེག་ཚོག་ཤིན་པོ་
དང་བཅའ་པོ་བདག་བྱེད་མཁན་གཉིས་ཀར་གནོད་པ་ཆེ་བེད།

མཐུག་གཏམ།

སྐབས་འདིར་སྐྱབས་དུས་ད་དུང་དྲི་རྒྱ་མང་བོ་ཞིག་ལྷན་འདུག་མོད། ཚང་མ་ཡིག་ཐོག་དུ་བཞོན་ན་
ཡིག་ཚོགས་གྱིས་ཕང་བར་དོགས་ནས་འདིར་མདོར་བསྡུས་ཅིམ་ཞིག་བཞོན་ཁྱུལ་བྱས་ཡོད། འདས་མཆོད་
ནི་གཞོན་སྐྱེས་ཤིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་ངེས་པར་དུ་ཤེས་དགོས་པའི་དགེ་མཚན་དུ་མ་ལྟན་མོད། འདིར་ཕྱི་
རབས་པ་དག་ལ་སློང་གཞི་ཅིམ་དུ་བྲིས་པ་ལགས་གྱི། མཐའ་གཅིག་དུ་ཞིབ་ཐག་ཆོད་པ་ཞིག་ཁོ་བོས་འབྲི་
མི་རུས་ལ། འོན་ཀྱང་རྩོམ་ཡིག་འདི་འབྲི་བའི་དགོས་པ་ནི་ཡུལ་འདི་གའི་འདས་མཆོད་གྱིས་མཆོན་པའི་
ཡུལ་ཚོས་མང་བོ་ཞིག་མ་ཉམས་གོང་འཕེལ་དང་ཉམས་པ་སྤྱོད་གསོ་བྱེད་པར་དྲན་སྐུལ་དང་རེ་བྱ་བྱེད་
ཆེད་བྲིས་པ་ལགས། མཐུག་མཐར་ཐུན་རྒྱུ་དང་ལ་རོགས་རམ་བྱེད་མཁན་གྱི་དགོན་འོད་ཟེར་དོ་རྩེ་ལགས་
ལ་སྤྱིང་ཐག་པ་ནས་བཀའ་དྲིན་བྱ་བ་ལགས།

བཅར་འདྲི་བྱེད་མཁན། དམེ་ཚང་བདེ་ལྷན།

བཅར་འདྲི་བྱེད་མཁན། དམེ་ཚང་འོད་ཟེར་དོ་རྩེ།

བཅར་འདྲི་བྱེད་མའི་ལས་གནས། འཕྲོག་པ།

བཅར་འདྲིའི་དུས་ཚོད། 2015.6.13

མདོ་སྨད་དམེ་ཤུལ་ས་ཆའི་འདས་མཆོད་སྐོར་རོལ་ཙམ་སྒྲིང་བ།

དམེ་ཤུལ་བསོད་ནམས་དཔལ་ལྷན། །བསང་ཆུ།

སྒྲིང་གཞི།

དེ་ཡང་མི་རིགས་ཤིག་གི་ལོ་རྒྱུས་དང་རིག་གནས། ཡུལ་སྐོལ་གོམས་གཤིས་སོགས་མདོར་ན་དེང་གི་
དུས་འདིར་ཚུམ་པ་བོ་དང་སྒྲན་དག་པ་སྒྱུ་ཡིན་ཡང་རང་རང་ས་ཆའི་བྱུང་མང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་སྐོལ་
གོམས་གཤིས་འདི་ལ་དབྱེ་ཞིབ་བྱས་པ་ཤིན་ཏུ་དཀོན་པོར་སྒྲུང་བས། དཔལ་སྐབས་སུ་བབས་པའི་གཏམ་
དང་དུས་སུ་བབས་པའི་ཆར་ཞེས་པའི་དཔེ་བཞིན་དུང་ཆོར་ཤིན་ཏུ་དགོས་མཁོ་ཆེ་བའི་འདས་མཆོད་འདི་
མ་ཉམས་གོང་འཕེལ་དང་ཉམས་པ་སོར་ཆུད་བྱས་ཏེ། ཡུལ་ལྔ་དབྱེ་བྲག་པ་ཞིག་གི་ཡུལ་སྐོལ་འདི་གཞིར་
བཟུང་ནས་རང་ས་ཆའི་འདས་མཆོད་སྐོར་ལ་དབྱུང་པར་འདོད། གཙོ་བོ་དག་རྒྱན་ལ་གཞི་བཙུག་ཏེ་སྒྲན་
འདས་མཆོད་རི་རྩུབ་པ་དང་དེང་སྐབས་ཀྱི་འདས་མཆོད་སྐོར་ཆེ་ཤིས་ཆུང་ཤིས་དྲིས་ནས་བཤད་པ་
མ་གཏོགས་རང་གི་རྟོག་བཞེད་དང་བསམ་གཞིག་མ་བཏང་བར་ཕྱིས་པ་མ་ཡིན་ལགས།

དང་པོ། བཅའ་པོ་བདག་གི་ཆུ་ལྔ།

ཡུང་བ་འདི་ནས་མི་མ་འདས་པའི་ལྔ་རོལ་ཏུ་བྱིམ་མི་ཆང་མ་ལྷས་མགོར་ཡོང་ནས་སྒྲོན་ལམ་དང་
རྒྱབས་འབྲུག་ཁྱེད་ཤིང་། འདས་ཁའི་མི་དེར་སེམས་གསོ་དང་སྒྲ་མ་སོགས་ཡིད་ལ་སྒྲོམས་ཞེས་གང་ནུས་
ཀྱིས་འཛིགས་སྒྲག་མེད་པར་བྱེད། ཕྱི་སྐོག་ཆད་ནས་ནང་སྐོག་མ་འགག་སྒྲོན་ལ་སྒྲ་མ་དང་གྲ་བ་བཞུགས་
ཆོ་སྒྲུང་དུ་མཆོན་བརྗོད་གསུང་ལ་བཅའ་པོར་གང་འདོད་དུ་ཐུག་མི་ཆོག། དེ་ནས་ཅིས་བྱས་ཏེ་གཤིན་ཅིས་
ནས་བཤད་པ་རྩུར་མཐུན་གསུམ་ལོ་བ་^① ཞིག་གིས་ཐོག་མར་བཅའ་པོ་^② ལ་ཐུག་དགོས། གཤིན་པོར་ཡོལ་
འཐེན་ནས་པོ་བྱིམ་སྐོར་དང་མོ་བྱིམ་སྐོར་དུ་འཛོག་ལ་བྱང་རྒྱུ་ཀྱི་ལམ་ལ་འགོད་པའི་རྟོན་འབྲེལ་དུ་

① མཐུན་གསུམ་ལོ་བ་ནི་བཅའ་པོར་པོ་ལོ་ལོ་ནས་ནས་བཅའ་པོར་ལྔ་བ་དང་དགྲ་བ་བཞི་བ་བཅས་ལ་ཟེར་ཞིང་པོ་རིས་དེ་
དག་གི་སྐུང་ལྟ་དང་སྐུང་སྐུང་རྟའི་ཁམས་གསུམ་ཀ་མཐུན་པས་དེ་རྩུར་དུ་འབོད་དོ།

② ས་འདི་ཀའི་བཅའ་པོ་ལ་དཀར་ཅི་ཟེར།

ཐུག་མགོར་བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་བཞུགས་དགོས། གན་པ་ཚོས་བཤད་སྟེལ་ལྟར་གཤིན་པོའི་བེམ་པོ་
 དེ་བདག་ཅག་གི་རྩོན་པ་སྐྱེ་བྱ་ངན་འདས་སྐབས་སེང་གི་ཉལ་སྒྲུབ་སྤྱུ་བཞུགས་པ་དང་མཐུན་པའི་སྒོ་ནས་
 བེམ་པོ་བཙོས་དགོས་ཤིང་དབྱགས་སྒྲ་སྒྲུག་གཡོན་ནས་གཏོང་བྱུལ་པ་ཞིག་བྱ་དགོས། དེ་གང་གང་ལགས་
 ཟེར་ན། ལྷ་གཡས་པའི་རྒྱུད་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་རྒྱུད་དང་གཡོན་པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུད་ཡིན་པས་སོ། །མདུན་
 ཏུ་རང་ལ་མོས་པའི་ཁྲིང་ཁམས་དང་ཁྲིང་ཁམས་དེའི་སྒྲོན་པའི་སྐྱེ་འདུ་བཤམས་པ་འམ། ཡང་ན་ཡིད་ལ་
 བསྐྱེམས་ཏེ་ནམ་ཤེས་དེ་ཡེ་རྒྱུད་དང་མཉམ་དུ་སྒྲ་སྒྲུག་གཡོན་ནས་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་སྐྱེ་དེར་འཕྱོས་པར་སྒྲོན་
 ལམ་བྱས་ན་དག་པའི་ཁྲིང་ངམ་མཐོ་རིས་ཀྱི་གནས་སྤྱུ་ཚོས་ཐུག་ཀྱི་ཡུལ་རྟེན་ཐོབ་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པར་བཤད།
 དེ་རྗེས་ལྷུང་དུ་ཐེ་བའི་སྒྲིམ་པ་གན་གཞོན་ཆང་མར་བད་བྱས་ནས་ཁྲིམ་ཆང་དེར་བོས་ཏེ་ལ་ལ་གཤིན་ཅིས་
 འདྲེད་དུ་འཁྲོ་བ་དང་། ལ་ལ་དགོན་ནང་དུ་གྲ་བ་གདན་འདྲེན་དུ་འཁྲོ། དགོན་པའི་ཉེ་འགམ་ཞིག་ཡིན་
 བ་གྲ་བ་ཡོངས་རྫོགས་ཁྲིམ་ཆང་དེ་ལ་ཡོང་ནས་བྱས་ཆོག་སྒྲོན་ལམ་རྒྱས་པ་གསུངས། དགོན་པ་དང་ཅུང་
 བར་ཐག་རིང་ན་གཤིན་པོ་དང་ཆོས་འབྲེལ་ཡོད་པའི་དགེ་སྦྱོང་བཞི་ཐེ་ཞིག་གདན་བྲངས་ནས་ཆོག་གཞེས་
 དགོས། ཐེ་བའི་ནང་གི་གན་པ་གཅིག་ལྷུང་དུ་སྒྲ་བྲང་ལ་སོང་ནས་བཙོ་རྟེན་འཛོག་དགོས། དེང་ཐོག་ཀུན་
 མཁྱིན་རིན་པོ་ཆེ་ལ་བཙོ་རྟེན་བཞག་ནས་ཞོར་དུ་གཤིན་པོ་ལ་ཆོས་འབྲེལ་ཡོད་པའི་སྒྲ་མ་རྒྱུས་དང་སྒྲ་
 བྲང་དགོན་པ་ཡོངས་ཀྱི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་རྒྱུས་ལ་བཙོ་རྟེན་འཛོག་ གཞན་སྒྲེ་མཐའམ་^① ལྷ་སྐལ་
 རྒྱ་དགོས་པ་དང་གཤིན་སྐར་མ་རྫོགས་པར་དུ་ཐེ་བའི་ནང་གི་ཤ་ཉེ་མོགས་ཡོང་ནས་བེམ་པོ་བསྐྱུང་དགོས་
 པར་བཤད། དེ་ལ་ཡང་རྒྱ་མཚན་མེད་པ་ཞིག་མིན་ཏེ་བེམ་པོ་ལ་བདག་ཡག་པོ་མ་བརྟུབ་ན་རོ་ལངས་
 ཟུང་གི་དཔེ་སོ། །

གཉིས་པ་གཤིན་ཆོས་རྒྱུ་སྐྱབས།

གཤིན་ཆོས་ནི་མི་ཤི་བའི་རྗེས་སུ་རྒྱུ་བའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཆོག་ལ་ཟེར་ཁྲིང་། རང་གི་དད་ཡུལ་དང་
 ཆོས་འབྲེལ་དངོས་ཐོབ་ཀྱི་རྩ་བའི་སྒྲ་མ་རྒྱུས་གདན་འདྲེན། གནའ་མིའི་ཁ་དབེ་ལ་འང་ནངས་ཁའི་ནངས་
 ར་བཟང་དགོས། །འཆི་ཁའི་སྒྲ་མ་བཟང་དགོས། །ཞིས་ཟེར།

① གཤིན་པོའི་ཆེད་དུ་རྒྱུས་པའི་ལྷ་སྐལ་ཀྱི་མིང་།

སྐར་མ་མ་རྫོགས་པར་དུ་ཟླ་བའི་ནང་གི་ཆེན་དར་གཞོན་གསུམ་ཆང་མས་དགེ་ཅུ་བསགས་ནས་ཐར་བ་
 ཐོབ་པའི་སྟོན་ལམ་འདེབས། བདུན་ནང་དུ་སྒྲ་མ་ཞིག་གདན་དྲངས་ནས་གཤིན་པོར་བྱས་ཆོག་དང་འཇིགས་
 བྱེད་དཔལ་གཅིག་བཅས་གསུངས་ལ། གཤིན་པོ་ཆང་གི་ཤི་གསོན་ཆང་མའི་མིང་ནས་བོས་ཏེ་འཕོ་བ་
 འདེབས། གཤིན་པོའི་ཐུས་འགྲམ་དུ་ཕེབས་པའི་སྒྲ་མ་དེ་ལ་ཐུས་སྤྱད་སྒྲ་མ་ཟེར་ཞིང་། རིམ་བཞིན་སྒྲ་མ་
 གཞན་འགའང་གདན་འདྲེན་ལ། ཞོར་དུ་དགེ་བསྐྱོས་ལ་བྱས་ནས་གྲུ་བ་བཞི་ཆོག་འདོན་^① དུ་གནང་བ་
 ཟུ། གྲུ་བ་ཆོས་ཉིན་དང་བོ་ནས་བསྐྱང་མཆོན་བརྗོད་དང་བྱས་ཆོག་འཇིགས་བྱེད་ལྟ་བུ་གསུམ་མ། མོན་
 ལམ་བཅས་གསུངས་ཤིང་། རིམ་བཞིན་བདེ་གསང་འཇིགས་གསུམ་ནས་མགོ་བསྐྱང་ཆེ་ཉིན་བཞི་བར་དུ་
 འདོན་དགོས། བདུན་པའི་ཉིན་མཐའ་མ་ལ་ཆོ་ག་རྫོགས་ཤིང་གྲུ་བ་བདུན་ཕེབས་ནས་ཀྲུན་རིག་བྱས་ཆོག་
 དང་འཇིགས་བྱེད་དཔལ་གཅིག་ཆར་བདུན་གསུངས་ནས་བདུན་བདུན་བཞི་བཅུ་ཞེ་དགུ་ལེན། མཐའ་
 རྒྱུད་མ་བཀའ་རྒྱུད་ཀྱི་ལྷ་ཡིན་པས་ངེས་པར་དུ་ཆོས་དགོན་ནང་དུ་གསུང་བ་ལས་བྱིས་ཆང་དུ་འདོན་མི་
 ཆོག་ དེ་ནས་ཏིང་འཕགས་བསྐལ་གསུམ་ནས་གཟུངས་བསྐྱས་བཅས་རིམ་གྱོ་ཆ་ཆང་འབྲུབ་དུ་བཅུག་
 ཅིང་། ཆོག་འདོན་རྣམས་ཀྱི་མཆོད་ཡོན་ལ་སྟོན་གཤིན་པོའི་གྲོན་པ་ཆ་ཆང་དང་སྐྱེ་བྱུན་སྟགས་འབུལ་ལ་
 ད་བར་འཇོམས་ཆོད་ལྟར་སྒྲོར་མོ་འབུལ་སྟེ་ཡོད། ཆོག་འདོན་གྲུ་བ་ཆོར་མཆོམས་དང་བསྐྱེན་བ་མེད་ན་
 ཆོག་འདོན་དུ་འགྲོ་མི་ཆོག་ ཆོ་འདས་ཀྱི་སྐར་མ་མ་རྫོགས་པར་དུ་དགོང་མོ་མ་ཁེ་སྟགས་ལྷུང་འདོན་བྱེད་
 ཅིང་། དེར་དགེ་འདུན་པ་ཞིག་ཡོད་ན་རབ་དང་མེད་ན་ཟླ་བའི་ནང་གི་འདོན་པ་བཟང་མཐན་ཞིག་གིས་
 མགོ་སྐྱབས་འགྲོ་སེམས་བསྐྱེད་ནས་མཇུག་སྟོན་ལམ་དང་བཅས་གསུངས་སོ།

གསུམ་པ། དུར་ལས་བྱེད་སྤྱངས།

གཤིན་པོ་འཆི་ཁར་སེམས་ཐག་མ་ཆོད་པར་བྱལ་མི་དག་ལ་བྱས་ཁ་^② བབས་ན་བྱས་བྱ་དགོས། ལག་
 འདྲད་^③ དེ་ཟླ་བའི་ནང་གི་མི་གང་རུང་ལ་བབས་ན་མི་དེ་བཅུ་པོ་འཇོམས་སྐུལ་དུ་འགྲོ་མི་ཆོག་ དམིགས་

① ཆོག་འདོན་པ་ནི་བདུན་པར་གོ།

② གཤིན་པོའི་རྣམ་ཤེས་བྱགས་སའི་དངོས་རྒྱུས་ཀྱིས་བྱལ་མི་དག་ལ་གདོན་པ་ལ་གོ།

③ གཤིན་པོས་བྱལ་མི་དག་ལ་གདོན་ཆེ་བཅོས་ཐབས་ཀྱི་ཆོ་ག་ཞིག་

བསལ་ལ་ཆོ་ལོ་མཐོ་བའི་ཤན་པ་ཡིན་ན་མི་སྤྲོད། གཤམ་པོའི་རྩེ་སྤྲོ་མ་ཆེ་མ་འདོན་པ་སྟགས་སྟག་བསྟལ་
བའི་ལས་བྱས་ན་ཆོ་འདས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་ལ་མེ་བཟང་། བེམ་པོ་ཕྱེ་བར་གཡོན་སྐྱོད་བྱས་ནས་རི་མགོར་
འབྱེར་ལ་ཉེན་བདུན་གྱི་ནང་དུ་དར་ཆེན་ཞིག་འཇུགས་ཤིང་དར་ཆེན་སྟེང་གཙོང་པ་སྟོན་དང་མ་ཆི་རྒྱབ་
ལ་དཔར་དགོས། དེ་ནས་བདུན་ཆོགས་ནང་དུ་ཕྱེ་བའི་ནང་གི་ཤན་དར་གཞོན་གསུམ་ཆང་མ་གཤིན་པོ་
ཆང་ལ་ཡོང་ནས་སྤྲུང་གནས་སྤྲང་། བེམ་པོ་རི་མགོར་སྟེལ་བའི་ཉེན་དེར་སྤྲུང་གནས་ཁ་སལ་^① ལས་བེམ་པོ་
མ་ཁྱེར་སྟོན་དུ་སྟོན་ལམ་ཆར་གཅིག་གསུངས་ཤིང་ཁྱེར་སྐབས་གང་སར་མ་ཆར་གཅིག་དཔར་དགོས། ཕྱེ་
མི་དག་གིས་མ་ཆི་འདོན་ཞོར་སྟོན་གྱིས་སྤྲུང་འདྲེན། སྟོན་ཆད་བེམ་པོ་རི་མགོར་ཁྱེར་ན་ཏྲ་དང་མཛོ་ལ་
བག་ལ་མོད་ད་བར་རྒྱུ་གསུམ་དང་སྤངས་འཁོར་ལ་བཞག་ནས་དུར་ཁྱོད་དུ་སྟེལ། བེམ་པོ་བཞག་ལུལ་དུ་
ནས་ཐེ་གང་གི་སྟེང་ལ་སྟོང་གཤོལ་ཞིག་གཞག་ནས་དུར་ཁྱོད་དུ་སྟེལ། དུར་ཁྱོད་འདྲིའི་མིང་ལ་བ་ཤིའི་
དུར་ཁྱོད་ཟེར་ལ་སྟོན་སྐྱོད་ཨ་བྱ་ཆོས་འབེལ་ཆང་གིས་ས་དབྱུང་བཏང་ནས་བཅེལ་བ་ཡིན་ཟེར། དུར་
ཁྱོད་འདྲི་ང་ཆོའི་ས་ཆའི་དུར་ཁྱོད་བཟང་ཤོས་དང་གནས་བྱུང་པར་བ་ཡིན་ཞེས་ཀྱང་ལ་གྲགས། དེ་ལྟར་
བེམ་པོའི་སྐྱེར་ཐག་པ་བསྐྱོན་ནས་ཕུར་བྱ་ཞིག་ལ་བཏགས་ཤིང་། རྒྱབ་དུ་བྱམ་རྟགས་ཤིག་བཀོལ་ཏེ་ཁ་
ཕུར་དུ་སྐྱོར་ནས་བྱ་གཡེང་བྱེད། བྱ་ཁྱོད་ལྟར་དུ་མ་བབས་ཆོ་སྐབས་གསུམ་པ་དང་དཔལ་ལྷན་ས་གསུམ་
མ་འདོན་དགོས། དེ་ནས་ཕས་པ་དག་བརྒྱུད་སྟེ་བྱ་གཡེང་བྱ། རི་མགོ་བ་ཆོས་སྟོན་ཕས་ཕུང་ཅམ་ཁྱེར་ཏེ་
ཁྱིམ་ཆང་དེ་ལ་སྟོན་མ་ཐག་སྟོན་ལུག་བདུག་བྱས་ཏེ་དེའུ་དཀར་ནག་གཉིས་བསྟེན་ནས་དང་སྟོན་དེའུ་
ནག་པོའི་སྟེང་ཐུ་སྟགས་ནས་ལག་པ་བཟུ་དགོས། དེའུ་དཀར་པོའི་སྟེང་འོ་མ་སྟགས་ཏེ་ལག་པ་བཟུས་རྩེས་
ད་གཟོད་ཁྱིམ་ལ་འགྲོ་ཆོག མཇུག་མཐར་སྟོན་ཕས་ཀྱིས་སྤྲུང་དཔར་ནས་ས་གཙང་ས་དང་ཐུ་དངས་སར་
གཤེགས་པ་དང་སྟོན་ཕས་ལྟ་སར་ཁྱེར་རོ། ཞི་དགའི་རིང་ཁྱིམ་ཆང་ལས་བདག་འཇུག་དང་ལམ་རིམ་
ཐར་ཆེན་གསུང་དགོས་ཤིང་ཆོ་གསུར་རྒྱན་མ་ཆད་པར་འཕུད་དགོས། ཆོ་གསུར་ཕུད་བའི་དགོས་པ་ནི་
བར་གཤིན་པོའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ཟའི་རིགས་ཡིན་པས་སོ།

① སྤྲིང་སྤྲུང་གནས་སྐབས་ཟས་ཟ་མི་ཆོག་མོད་བེམ་པོ་སྟེལ་ཉེན་དམིགས་བསལ་གྱིས་ཟ་ཆོག་པ་ལ་ཟེར།

བཞི་བཤུན་ཕྱེད་ཚུལ་

ཁྱིམ་ཆང་དེ་ལ་འདྲི་སྤྱད་དུ་མར་དང་ནས། སྒྲོ་མོ། བྱེ་སྟགས་སྟེར་མིང། ཁྱིམ་མི་ཚོས་ལོ་གཅིག་ལ་
བརྟན་འཕྲིན་ལྷ་བ་དང་སྤྱ་གར་རོལ་བ་སྟགས་དག་འཕྲོན་རྟེན་མི་བྱེད་ཅིང་ལོ་སར་ཡང་མེད། ཉེ་རིང་
ཚོ་གཙོ་བྱས་པའི་ཁྱེ་མི་དག་གིས་ལོ་སར་སྐབས་ཁྱིམ་མི་ཆང་མ་རྩ་འབྱུང་དུ་བོས་ནས་ལོ་སྐལ་སྟེར། ལོ་དེ་
ལ་ཁྱིམ་མི་ཚོས་ཐྱིག་སྤོང་དགེ་སྤྱབ་བྱས་ནས་ལ་བ་གསར་བ་མི་ཁྱོན་པར་མ་ཟད་བྱ་མོ་ཚོས་སྐར་གས་ལྷར་
དུ་མི་དབྱངས། ལོ་དེའི་ནང་དུ་ཁ་དབེར་གྱི་བོའི་ར་མདའ་ཚོས་ཡིན་ཟེར་བ་ལྟར་ཀན་དར་ཆང་མས་སྟེང་
བ་བཟུང་སྟེ་མ་ཁི་དང་ཕྱག་སྒྲོར་བྱས་ནས་དགེ་ཆར་བཞོ།

ལྷ་བཤུན་འདས་མཆོད་ཀྱི་དགེ་མཚན།

ཚོ་ལས་འདས་ཆེས་སྤྱ་ནང་མི་རྣམས་ཀྱིས་བདུན་ཕྱག་རེ་རེའི་ནང་ཡར་ལྷ་མ་དགོན་མཆོག་ལ་ཕྱག་
མཆོད་འབུལ་དང་། ལྷ་མ་དང་དགེ་བའི་བཤེས་གཞིན་རྣམས་ལ་བཞུང་འབུལ། བར་དགེ་འདུན་དང་རྣལ་
འབྱོར་བ་རྣམས་ལ་བསྟེན་བཀྲར་ཁྱེ་བ། མར་དན་སོང་ལ་ཕྱིན་གཏོང་བྱ་རྒྱ་སྟགས་ཀྱི་དགེ་ཆ་སྤྱབ་རྒྱ་དེ་ནི་
བདུན་ཕྱག་རེ་རེའི་ནང་གི་འཆི་སོ་ནར་གཙོད་ཀྱི་ཕྱག་བཟུང་དང་། བར་དོའི་འཛིགས་སྤྱག་གི་ཕྱག་བཟུང་
ལས་སྦྱོབ་ཆེད། ཕྱི་མ་སྟེ་བ་བཟང་བོ་ཞིག་ལེན་བྱུང་ཆེད་བཅས་ཀྱི་ཆེད་དུ་དེ་ལྟར་བྱེད་པ་ཡིན། ཞག་བདུན་
བདུན་བཞི་བཅུ་ཞེ་དགའི་ཚུན་ལ་ངེས་པར་དུ་སྦྱོབ་པ་ཡིན། དེ་བས་ཞག་བཞི་བཅུ་ཞེ་དགའི་ནི་བར་དོའི་ཆོ་
ཆད་རིང་ཤོས་ཡིན་པས་འདིའི་ནང་དུ་དགེ་བ་ཅི་འབྱུང་བྱེད་དོ།

མཚུག་གཏམ།

ཁྱིམ་ས་གནས་ཤིག་གི་ལོ་རྒྱུས་དང་སྤྱོད་པས་རིམ་བྱོན། འདས་མཆོད་སྤྱབ་ལུགས་སྟགས་སྟེང་སྤྱོད་མོ་
ཞིག་ག་ལ་ཡིན། ད་དུང་འདྲི་གཞི་མང་བོ་ཞིག་རྟག་ཡོད་ནང་། མཚུག་འདིར་ཐོན་དུས་སྟེང་བྱ་མཐའ་
དག་གཞི་གཅིག་གི་སྟེང་འབབ་ཅི་སྤྱབ་བྱས་ཡོད། འདས་མཆོད་འདི་ནི་རང་རེའི་ས་ཆའི་ཀན་པ་ཁ་ཤས་
ཀྱི་ངག་རྒྱུན་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ལ། བདག་གི་སྐབས་དོན་ཀྱི་སྟེང་བྱ་འདི་གཞི་བྱས་ནས་བཅུ་ལོ་བདག་བྱེད་
ཚུལ་དང་ཆོ་ག་སྟེལ་ཚུལ། དགེ་ཆ་གསོག་ལུགས་སྟགས་ལ་གཞི་བཙུག་ནས་བྱིས་པའོ།

བྲག་དཀར་རྫོང་ཡུང་བཟང་ཡུལ་ཚོ་སྐྱུག་པོ་ཐེ་བའི་འདས་མཆོད་
རྒྱུ་བ་སྤངས་སྐོར་རྒྱལ་ཚམ་སྤྱིང་བ།

འཇམ་དབྱངས་བྱམས་བཅེ། བྲག་དཀར་པོ།

སྤྱིང་གཞི།

འདས་མཆོད་ནི་གཤེན་པོ་སྟེ་མི་ཤི་བའི་རྗེས་ཀྱི་སྦྱོར་དངོས་རྗེས་གསུམ་གྱི་འགྲོ་སྤངས་སམ་ཚོ་གཤི་
རིགས་ཤིག་ཡིན། འདི་ལ་མི་རིགས་དང་ས་གནས། ཡུལ་ཡུང་སོ་སོར་མི་འདྲ་བའི་རྣམ་པ་དུ་མ་ཡོད་ལ།
འདིར་མཚོ་སྟོན་ཞིང་ཆེན་མཚོ་སྟོ་ཁུལ་བྲག་དཀར་རྫོང་ཡུང་བཟང་ཡུལ་ཚོ་དང་འབྲོང་བྱ་ཡུལ་ཚོའི་མངའ་
ཁུངས་སུ་གཏོགས་པའི་རོང་པོ་སྟོན་ཆའི་ཆ་སྤངས་གསུམ་གྱི་ཡ་བྱལ། རྒྱགས་ས་གོང་ཞོལ་དུ་འབོད་པའི་
འབྲོག་སྟེ་ཆེན་པོ་འགའ་ཞིག་གས་རྒྱགས་ས་པ་ཚོ་གསུམ་དུ་གྲགས་པའི་ཡུལ་ཡུང་འདིའི་འདས་མཆོད་རྒྱུ་བ་
ཡུགས་མཐོང་ཐོས་སྤྱིང་གསུམ་གྱིས་རྟོགས་པ་རང་སྤོའི་རྟོགས་ཆོད་ཅིག་འདིར་བཀྲམ་པར་བྱའོ།

འདས་མཆོད་དངོས།

༡. ཡུལ་འདིར་མི་ཤི་ཁ་མའི་གནས་སྐབས་སམ་དབྱགས་ཀྱི་རྒྱ་བ་འགག་པའམ་ཆེ་ཡི་འཕེན་པ་རྫོགས་
པའི་དུས་སུ་རང་གི་དད་ཡུལ་དང་རྒྱབས་གནས་སུ་སྦྱར་པའི་ཆོས་འབྲེལ་དངོས་ཐོབ་ཀྱི་སྒྲ་མ་ཞིག་ཆོ་འདས་
ཀྱི་སྤྱི་མགོར་ཞུས་ནས་འཕོ་བ་དང་སྟོན་ལམ་གསུངས་ཤིང་། དེ་ལ་སྤྱི་མགོའི་སྒྲ་མ་ཟེར། སྤྱི་མགོའི་སྒྲ་
མར་མགོ་རྩ་སྟེས་གསུམ་(ཞུ་ལྟམ། ལུ་བ)དང་། བ་རྩ་སྟོར་གསུམ་(བ་མ། ཐོམ་བྱ། ཅ་ནེ་གསུམ།)གི་མེ་ཐང་
གསུམ་(གི། མེ་ཆ། ཐང་བ།)། སྒྲ་རྩ་སྤྱི་གསུམ་(རྩ། སྒྲ། སྤྱི་བཅས་གསུམ་དང་། སྟེས་པ་ཞིག་ཡིན་ན་
སྟེང་གི་འཕོར་གསུམ་སྟེ། ཁབ། མེ་མངའ། གི་འམ་མདུང་བཅས་འབྲུལ་བའི་སྟོལ་ཡོད་མོད། རྒྱགས་ས་དགེ་
བཤེས་རིན་པོ་ཆའི་སྦྱ་རིང་ནས་འཕོར་གསུམ་མི་འབྲུལ་བར་བཤད། བྱང་མེད་ཅིག་ཡིན་ན་དེའི་ཆབ་དུ་
སྟེ་རྒྱན་སྟོ་ཡང་། དམར་ལྗན།^① དེའི་སྟེང་དུ་ལམ་བོའི་ཐོལ་དུ་ཟ་ན། རྩ་ལེན་མར་རྒྱར་རྩམ་གསུམ་གྱིས་
བཀའ་བ་ཞིག་གི་སྟེང་དུ་ཁབ་སྦྱང་པར་བརྒྱས་བ་གཅིག་འཛོར་ནས་ལུལ་བ་དང་། འདི་ལ་དག་རྒྱན་གྱི་
བཤད་སྟོལ་ཞིག་ཡོད་དེ། སྟོན་དུས་ཀྱི་དག་རྒྱན་ཞིག་ལ་ཕྱི་མའི་ཡུལ་དུ་གཤེན་པོ་ཞིག་གི་ཐོ་ཁྱལ་རལ་

① དམར་ལྗན་ནི་ཡུལ་སྐད་ཅིག་སྟེ་ཡུལ་འདིའི་བྱང་མེད་ཆོའི་རྒྱུ་ལ་འདོག་རྒྱུའི་རྒྱན་ཆ་གཙོ་བྱས་ཤིག་

ནས་རྩམ་པ་འཛོར་བཞིན་འཁོར་བའི་དུས་སུ་གཞན་གྱིས་ཁྱོད་ཀྱི་ཐོ་བྲག་རལ་ནས་རྩམ་པ་འཛོར་བཞིན་
འདུག་པས་བཅོམས་ན་མི་བཟང་ངམ་ཞེས་དེས་ཆོ། ཁོ་བོས་ཕྱི་མའི་ལུ་ཁུ་སུ་ཞིག་ལ་ཁབ་སྤྲད་སྡོང་ཞེས་
བཤད་པས་ཐོས་དེ་དང་བར་བྲགས། ཁོལ་མོ་(མིང་གཞན་སྤྲད་བཟེར་)ཞིག་དང་གསུམ་རྩམ་ལྷག་མ་དང་
བཅས་ལྷ་མར་ལུལ་བ་དང་། དེ་ལ་སྤུས་རྟ་ཟེར་ལ་སྤུས་རྟ་ལ་སྤྲེལ་དང་མཐུར་གཉིས་ལས་སྤྲེལ་གཏོགས་
མི་དཔོན་ལ་སྤྲེལ་སྤྲེལ་གྱང་མི་སྤྲད། སྤྲིམ་སྤྲེལ་མདའ་གཡོན་ཚོགས་སུ་སྤྲད་མོད་འདིར་སྤྲེལ་མདའ་འགུམ་
མོང་གལས་བར་སྤྲད་ནས་འཁྲིད་པར་བཤད།

[illegible]

ནདེའི་ཆེས་ལུས་ལ་དྲོད་ཐིག་ཙམ་མི་གནས་པའི་རྒྱབས་ལུ་ལྷན་ཏེ་ལུས་བརྒྱམས་ཤིང་ཡག་པ་
གཉིས་ཐལ་མོ་ལྷོར་ཏུ་བཅུག་ནས་ཐག་པ་དཀར་པོས་ཐོག་མར་མཁྱིལ་བ་ནས་བཟུམས་ཏེ་ཐག་པའི་ཕྱེ་
མོར་ཨ་ལོང་གཅིག་བཞག་ནས་ལག་པ་གཉིས་བཟུམས་ཤིང་། ལེས་པོ་རྩིལ་པོར་དཀྱིས་ཀྱག་ཙམ་བརྒྱབ་
ནས་པོ་ཡིན་ན་གཤོན་དང་མོ་ཡིན་ན་གཤམས་ཀྱི་ཐོག་ལ་ཁེལ་བའི་མུད་པ་ཀྱག་བརྒྱབ། དེ་ནས་རས་དཀར་

གཙང་གིས་དགྲིས་ཏེ་སྤྱི་པོ་མངོན་པའི་ཚུལ་དུ་ཐག་པས་དགྲིས། དེ་ནས་སྤྱི་གཡས་ཁྱིམ་གྱི་སྤྱོད་ག་དུ་
 རྡོ་བཏིང་ནས་དེའི་སྤྱིང་དུ་འཛོག་ལ་དོ་ཕུར་གྱི་ཡོལ་བས་བསྐྱབས་ཤིང་། ལྷས་མགོར་སྤྱོན་མེ་སྤར་བ་དང་
 མ་ཁེ་དང་འཁོར་ལོ་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་བསྐྱོར་བ། སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་མཚན་བརྙེན་པ། ལུང་པར་དུ་
 གསུང་རབ་མགུར་འབྱམས་དག་གི་ཞལ་ལྟེས་ཏེ་མགུར་ལ་དྲངས་ནས་མང་ཆོགས་རྣམས་ཀྱིས་མ་ཁེ་དབྱངས་
 ལུ་ཁྱེར་བ་དང་། དེ་ནས་དགེ་འདུན་པ་བདུན་པས་མང་པོ་ལྷས་ཏེ་སྤྱོན་སྤྱོད་བདེ་གཤེགས་མཆོད་བརྒྱད།
 ཀྱན་རིག་རྣམ་པར་སྤྱང་མཛད། དཔལ་དུས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་དང་། ཞི་ཁྲོ་དམ་པ་རིགས་བརྒྱ་སྟོགས་ཀྱི་སྤྱོད་ནས་
 གཤེད་དབང་བསྐྱར་བ་(ལ་སྐད་དུ་བདུན་བརྒྱུས་ཟེར་)སྟོགས་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཆོ་གའི་ལས་རྩ་ཆོགས་སྟེལ།
 གཤེན་སྐར་བཟང་བའི་མཚན་མོར་ཁལ་གཡལ་གི་སྤའི་མགོ་མཇུག་བསྐྱར་བའི་ཆོལ་གྱིས་སྤྱོད་དང་གོང་ཐག་
 གཡས་ཕྱོགས་སུ་སྤྱང་ནས་བཟུམས་ཏེ་འདས་པོའི་བེམ་པོ་སྤྱུལ་བའི་རྩ་གོན་བྱས། བེམ་པོ་ཐུང་མ་ཁྱེར་བའི་
 སྤྱོན་དུ་འདས་པོ་དེ་ལ་མ་དང་རང་ལ་བཀའ་དྲིན་གཞན་ལས་སྟོག་པའི་རྩན་རབས་ཡིན་ཆོ་ཁྱིམ་མེ་དང་
 ཉེ་འབྲེལ་ན་གཞོན་ཆོས་བེམ་པོ་ལ་ཕྱག་འཚལ་ཏེ་བཀའ་དྲིན་རྩེས་སུ་དྲན་པའམ་དྲིན་གཞོ་བའི་ཚུལ་དུ་
 སྟོག་འཕྲོ་གཙོང་པ་དང་དམིན་ཆོག་དང་དུ་ཆད་སྟོགས་མེ་དགེ་བའི་ལས་མེ་བཤྱི་བའི་དམ་བཅའ་བ་དང་།
 དགེ་བའི་ལས་སྐབས་པོ་ཆེ་སྤྱོད་ཆོགས་བསྐྱབ་པར་ཁས་ལེན་བྱེད་ལ་འདས་པོ་དེ་དང་མཐུན་ན་གཞོན་ཞིག་
 ཡིན་ཆོ་ཕྱག་མེ་འཚལ་བར་བཤད། བེམ་པོ་སྤྱུའི་སྤྱོད་ནས་མེ་ཁྱེར་བར་སྤྱོད་ཀྱིས་འཁྱེར་བའི་སྤྱོད་ཡོད་ལ།
 དེ་ལ་ཡང་བཤད་སྤྱངས་ཤིག་ཡོད་པ་ནི་ཤི་གསོན་གཉིས་ཀྱི་ལམ་མེ་གཅིག་པའི་ཆོལ་གྱིས་ཡིན་པར་བཤད།
 བེམ་པོ་ཁྱེར་བའི་ལུལ་དུ་སྤྱོད་དང་བལ་གྱིས་བཅུམ་པའི་གཏེར། ལྷ་རེ་སྟོགས་མཚན་ཆ་རིགས་མེ་འདྲ་བ་
 འཛོག་ལ། དེ་ལ་སྟོལ་རྒྱན་གྱི་བཤད་སྤྱངས་མེ་འདྲ་བ་གཉིས་ཡོད་དེ། གཅིག་ཤོས་ནི་གཤེན་པོའི་སྤྱོད་མེ་
 འབྱམས་པ་དང་ལུལ་དུ་གཟུགས་མེད་ཀྱི་གཞོན་བྱེད་སྟོགས་མེ་ལྷགས་པའི་ཆེད་དུ་མཚན་ཆ་བཞག་པ་ཡིན་
 ལ། གཅིག་ཤོས་དེ་ནི་ལུལ་དུ་སྟོག་པའི་ཆོ་རྩན་རྣམས་ཀྱི་ཆོ་སྟོག་སྟོགས་ལས་སྤྱོད་པའི་མཚན་དོན་ཡིན་པར་
 གྲགས། གཞན་བལ་གཏེར་འཛོག་པ་ནི་གཤེན་པོ་དེའི་མེ་རབས་ཕྱི་མ་རྣམས་ལ་རྒྱ་ལོར་འཛོམས་པའི་རྟེན་
 འབྲེལ་དུ་དབྱད། བེམ་པོ་སྤྱོད་ཀྱིས་རྣམ་སྤྱོད་འཁྱེར་དུས་ཅིས་སྐར་ལ་བཞུས་ནས་ལ་སྐོར་ཕྱོགས་ཡོད་དེ།
 རགས་ཅོམ་བཤད་ན་ཁ་སྐོར་དགོས་པའི་ཕྱོགས་ནི་ཅིས་སྐར་ལས་ཤེལ་སྤང་། གནམ་ཐོས། ཆོད་བང་།
 གཤེར་སྤྱོད། གནམ་མཛོད། གསལ་སྤང་བཅས་ཀྱི་གང་ཅུང་ལ་ཁ་བསྐོར་ནས་མ་མཐའ་ཡང་གོམ་པ་བདུན་

ཅས་ལ་འབྱེད་དགོས་པར་བཤད། ལ་སྐོར་མི་རུང་བའི་ཚུགས་ཡང་ཡོད་ལ་དེ་ནི། ཉག་སྐར། ཉན་བྱ།
གནམ་གཤེད། སྤྱིན་ཆོག་ཐུ་ཆོག་འབྲུག་སོན་བཅས་ལ་བཅའ་བའི་ལ་བསྐོར་མི་རུང་།

༤. དེ་ནས་བཅའ་བོ་གཡལ་ལ་བཀལ་ནས་མི་བདུན་ནམ་དགུ། ཡང་ན་བཅུ་གཅིག་སོགས་ཆ་མ་ཡིན་
བའི་ལ་དག་འགྲོ་བར་གོམས་ལ་འདི་ལ་སྐར་མར་སོང་ཞེས་བཤད། སྐར་མར་འགྲོ་བའི་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཕྱིང་
ལ་དཀར་པོ་གྱུན་པ་ལས་ལ་ནག་པོ་མི་གྱུན་པའི་སྒྲོལ་ཡོད། དེ་མུར་ཡུལ་གྱ་འདིའི་སྤྱི་འགྲོ་ཀུན་གྱི་སྤོན་
བསགས་བསོད་ནམས་བཟང་བའི་དང་པའི་རྟེན་སྐལ་དུ་སྐོབ་པའི་སྤྱབ་བརྒྱད་བཟུན་པའི་སོག་ཤིང་། ཆོས་
ལྷེ་ཆེན་པོ་བཀྲ་ཤིས་ཆོས་རྒྱུད་དགེ་འཕེལ་བྱང་རྒྱལ་སྤྱིར་དམ་དག་རྒྱུན་དུ་སྤྲུགས་སའི་མཆོམས་སོག་གོང་
མ་ཞེས་པའི་དབེན་གནས་བྱིན་ཅན་འདིའི་ཆོགས་ཆེན་འདུ་ཁང་ཆེན་མོའི་མར་གཤམ་དུ་བཅའ་བོ་འཛོག་
སའི་ཤིང་སྤྱོད་ཆེན་པོའི་སྤྱིང་དང་མཐའ་འཁོར་མ་ཆེ་འཁོར་ལོའི་བརྒྱན་པ་ཞིག་ཡོད་ལ་དེའི་ནང་དུ་ཞག་
གཅིག་ཅས་ལ་བཞག་ནས་མ་ཆེ་འཁོར་ལོ་མཆོན་སྐོར་བྱས་ཏེ་ཡོན་བདག་ལ་གང་འཛོམས་ཀྱི་དང་རྒྱས་དང་
གསུར་ཅམ། ལྷས་རས་བཅས་ལུལ་ཏེ་སྤྱོད་གནས་ལྷ་བ་དང་ཆོགས་མང་ལ་བསྐྱོ་སྤོན་དང་སྤྱབ་ལྷུག་ལྷ།
ཕྱི་ཉིན་ནངས་མོར་དགེ་འདུན་པ་བརྒྱ་ཕྲག་ལྷག་གིས་འཕགས་མཆོག་ལྷགས་རྗེ་ཆེན་པོ་བཅུ་གཅིག་ཞལ་
དཔལ་མའི་ལྷགས་ཀྱི་སྤྱབ་ཐབས་ཀྱི་ཆོ་གའི་སྤོན་ནས་ལྷས་ཆོག་བསྐུར་ནས་མཇུག་དུ་དགེ་འདུན་པ་མང་པོས་
སྤོན་བསྐྱས་ཏེ་འཕགས་པ་སྤྱོད་རས་གཟེགས་དབང་ལྷག་མི་ཡི་རྣམ་པར་རོལ།

༥. སྤྲུགས་སའི་དགེ་བཤེས་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གི་གསུང་འབུམ་ལས། ལུབ་ཚུགས་བདེ་བ་ཅན་དུ་སྤྱི་
བའི་སྤོན་ལམ་ཞེས་པའི་མགུར་ཆོན་གཅིག་དབྱངས་ལ་དྲངས་ཏེ་ཀུན་གྱིས་མ་ཆེ་ལྷར་སྤྱད་དང་བཅས་ཏེ་དུར་
ཁོད་དུ་བསྐྱལ་ནས་དུར་བདག་གིས་བཅའ་བོ་དུར་ལས་བྱས་ཤིང་མཐའ་འགྲོ་སྤྱི་ལྷའི་ཆོགས་ལ་བསྐོར་ཏེ་བྱ་
གཡེང་གཏོང་། དུས་དེར་གཤེན་པོ་འགྲེལ་སའི་གཡལ་དེ་དེས་པར་དུ་ཆོ་མར་ལ་གཏོང་བ་དང་། གལ་ཏེ་
གཡལ་ཆོ་མར་ཡིན་ན་ཕྱིར་སོང་དུས་སྤྲུགས་སོག་གཞན་ཞིག་ཆོ་མར་ལ་གཏོང་། མ་ཆེ་དང་། ཡིག་བརྒྱ།
མི་འབྲུགས་པ་བཅས་ཀྱི་རྫོང་ར་མང་པོ་གནས་དེར་འཐེན། ད་དུང་དགོན་པའི་ནང་གི་དགེ་སྤྱོད་ཆོད་ལྷན་
ཞིག་ལ་འབྲི་གཅིག་གས་ཡང་ན་རྟ་དང་རྟོད་མ་རེ་ལུལ་ནས་ཞེ་དགུ་ཆོང་བའི་བར་དུ་མར་མདོ་རྒྱན་གསུང་
ལྷ་བ་དང་དེ་ལ་དག་རྒྱུན་དུ་ཞེ་དགུའི་ཨ་མཆོད་ཟེར། ཞེ་དགུའི་ཨ་མཆོད་ནི་རང་གི་གཤེན་པོ་དེ་དང་ཆ་
མཆོངས་པའི་བསྐྱེ་འཛོག་དང་དམ་ཆོག་གཙང་དགོས་ལ་དེ་ལ་བྱིམ་ཆོང་དེས་མི་རབས་བྱི་མ་ཆོས་ཀྱང་ཨ་

མཚོད་དང་ཁོང་གི་ཉེ་འབྲེལ་ཀུན་ལ་ཕོག་ཐུག་དང་འགལ་བ་འབྱུང་མི་ཅུང་ལ་མོ་མེད་དབྱེད་དུས་སུ་བྱིས་
 ཚང་དེས་ཨ་མཚོད་ལ་མར་སྐལ་སྤྱོད་སྒོལ་ཀྱང་ཡོད་པར་བྲག་ལ། ཉན་བདུན་འགོར་བའི་མཚམས་སུ་ཡང་
 བསྐྱར་དུར་ཁྲོད་དུ་དར་འཐེན་བ་དང་མ་ཉི་ཁྲི་དོད་དང་ཐར་མདོ། ཐྱིག་བཤགས། མནའ་བཤགས། ཇི་མེད་
 བཤགས་རྒྱལ། ལས་སྐྱབ་རྒྱུན་གཅོད་སྟགས་གསུང་རབ་དོ་བཞོས་མང་པོ་བཅྱིགས་པ་དང་མི་འབྲུགས་པ་
 དང་འོད་དཔག་མེད་སྟགས་རྒྱ་ས་དོ་ཡི་སྐྱེ་འདྲ་བཞེངས་པ་སྟགས་བྱེད། སྐར་མར་སོང་བའི་མི་རྣམས་
 ཕྱིར་ཐོན་མ་ཐག་འདས་པོ་དེ་ལོ་རྒན་དུག་ཅུར་བྱང་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་དེས་པར་དུ་སེལ་རྒྱག་དགོས་ལ།
 (སེལ་ནི་རིམ་གྱོ་ཞིག་གི་མིང་།)སེལ་དཀར་ནག་གཉིས་མཉམ་དུ་རྒྱག་དེ་ལ་ཁྱུས་དཀར་ནག་གཉིས། མཚོལ་
 བསང་དཀར་ནག་གཉིས། དོད་དཀར་ནག་གཉིས། རྩགས་དཀར་ནག་གཡམས་སྐྱ་གཡོན་སྐྱ་གཉིས་ཤིང་སྤང་
 མས་བསྐྱེས་ནས་གཡམས་སྐྱ་དཀར་བའི་ནང་དུ་མཐན་པ། རྒྱག་པ། དོད་དཀར། སྤན་ཏེ་ལི། ཤིང་སྤར་དཀར།
 གཡོན་སྐྱ་རྒྱག་པོའི་ནང་དུ་ན་ཚག་ ཐང་ཁྲོམ། དོད་ནག་གཡམས་སྐྱ་ཡིས་སྤྱིན་བདག་མི་ཐུགས་ཀུན་ལ་བབ་
 རས་གཡམས་སྐྱར་རྒྱག་པ་དང་། གཡོན་སྐྱ་ཡིས་དེ་བཞིན་བབ་ཏེ་གཡོན་སྐྱར་རྒྱག་ སྐར་མར་སོང་བའི་མི་
 རྣམས་ཕྱིར་བྱིས་ལ་མ་སོང་སྤོན་དུ་སྐྱོ་འགམ་ནས་དོད་དཀར་པོ་མའི་ནང་དུ་བཞག་ནས་དེའི་སྤྱོད་དུ་ཁྱུས་
 རྒྱ་དཀར་ནག་གཉིས་ཀྱིས་ཁྱུས་བྱེད་ལ། ཁྱུས་རྒྱ་དཀར་པོ་རྣམ་འཛོམས་དང་ནག་པོ་ཁྲོ་བོ་སྤྱོ་བཅྱིགས་
 བཏོན་ནས་བསྐྱགས། མཚོལ་བསང་གཉིས་གཅིག་ནི་རྩས་ཚང་བའི་ལྷ་ཆབ་སྤོན་མོའི་མཚོལ་བསང་དང་
 གཅིག་ནི་མ་སྤྱ་ཞིག་ལས་རྩས་མི་དགོས་ལ་དེ་ལ་མ་བསང་ཟེར། ལྷ་ཆབ་སྤོན་མོ་མཚོལ་བསང་བདུག་ནས་
 གཡམས་སྐྱར་རྒྱག་ལ། མ་བསང་བདུག་ནས་གཡོན་སྐྱར་རྒྱག་ ཡང་སྐར་ཅིས་ལས། ཤི་ཁ་རབ་ཚོད་ཀྱི་སྐར་མ་
 དང་། ཤི་ཁ་འབྲིང་ཚོད་ཀྱི་སྐར་མ། ཤི་མི་ཅུང་བའི་སྐར་མ། ཤི་མི་ཅུང་ཤིན་དུ་བན་པའི་སྐར་མ་སྟགས་དེ་
 དག་ལ་ནང་གསེས་མང་པོ་ཡོད་པ་དག་དང་འཕྲད་པའམ། ཡང་ན་ཕྱི་རབས་དང་ཆོ་ལུན་རྣམས་ཀྱི་རིམ་
 བྱོར་གཟུངས་བསྐྱེས་དང་འདས་པོའི་ས་ལམ་ལ་མ་ཉི་ས་ཡ་གཅིག་བཅས་འདོན་པའི་སྒོ་ལ་ཡོད། དེའི་རྩས་
 སུ་ཚུ་ཁང་བཞེངས་ལ་ཚུ་ཁང་གི་དཀྱིལ་དུ་གོང་གི་བེམ་པོའི་ཤུལ་དུ་བཞག་པའི་སྐར་དང་བལ་གཏེར་
 བཞག་ནས་དེའི་སྤྱོད་དུ་མཚོད་ཉེན་སྐྱ་གཟུགས་ཅན་གྱི་སྐར་བཀང་ནས་ཚུ་འབུམ་བཞེངས་ལ་སྤར་ཁ་
 དེད་ནས་འདས་པོ་དེ་གཡང་གི་སྤྱོད་ལ་ཁེལ་ཡོད་ན་ཚུ་ཁང་སྤྱིའི་མདུན་གང་བ་ཞིག་བཞེངས་དགོས་པ་
 དང་གཡང་གི་ཞབས་ལ་ཁེལ་ན་སྤྱིའི་ལྷག་རྒྱབ་ནས་ཚུ་ཁང་བཞེངས་དགོས་པར་བཤད། རྩས་སུ་ཅུ་འགའ་

ནའང་ཅུ་སྐར་ལ་བཞུ་དགོས་པ་དང་ཐོན་པེམ་པོ་བཞག་སའི་ཤལ་དུ་མི་འབྱུགས་པའམ་ཀུན་དུ་བཟང་
 བོད་སྐྱ་བཞེས། གཤམ་པོ་འདས་པའི་ཉིན་ནས་བཟུང་ཉིན་ཞག་བདུན་རེ་ལ་ཉུང་མཐའ་ཡང་མ་ཉི
 འཁོར་ལོ་བདུན་ཙམ་ཞིག་ཆད་མེད་དུ་བསྐྱར་བ་དང་མཆོད་མེ་དང་གསུམ་སོགས་ཀྱང་དགྲུང་ཞག་ཞི
 དགྲའི་བར་དུ་ཆད་མེད་ལུ། དགྲུང་ཞག་བདུན་བདུན་ཞི་དགྲུ་ཆད་པའི་དུས་ལའང་གཤམ་པོ་དེ་ལ་ཆེས་
 དན་གྱི་ཚུལ་དུ་འཁོར་ལོ་མཆོན་སྐར་བྱེད་པ་དང་། ཆོས་ཀྱི་ཆོ་ག་སྒྲ་ཆོགས་སྤེལ་སྤེལ་འདུག ད་དུང་ཁྱིམ་
 ཆང་དེས་གཤམ་པོ་ལ་ཟས་སྐལ་གྱི་ཚོལ་དུ་དགེ་འདུན་པ་མང་པོར་བསྟེན་བཀྱར་གུང་ཆོགས་དངས་པ་
 དང་། ལྷགས་ཚོག་གི་སྐལ་དུ་རང་གི་མཆོད་གནས་ཀྱི་དགོན་པར་བཞོ་མཛོ་མ་ཞེས་བཞོན་འབྲི་མང་པོ་
 འབུལ། ཕྱིར་ལོ་དུས་རན་ལ་མ་བསྐྱབས་བར་དུ་ཁྱིམ་དེའི་སྤྱག་འཕྲོག་ཆོད་ལ་མི་དགེ་བའི་ལས་སྒྲ་ཆོགས་
 སྤངས་ཏེ་ལྷགས་ཚོག་ནམས་ལོ་དེར་ཆོ་ཐར་བྱེད་ལ། དུས་དེ་ལའང་ཞག་བདུན་ལ་མཆོན་བསྐྱར་དང་སྒྲུང་
 གནས་སྒྲུང་བ་སོགས་དགེ་བ་གང་འབྲུབ་བསྐྱབས།

༥.གཞན་འདུན་(མུ་ངན)བྱེད་པའི་དུས་ལུན་ནི་ཕྱི་ལོའི་དུས་ཀྱི་ཉིན་དེར་མ་ཐོན་གྱི་བར་དུ་ཡིན་ལ།
 རང་གི་པ་མ་དང་གཉེན་ཉེ་རང་ལས་མཛོ་བ་ཞིག་ཡིན་ན། དེ་ལ་ཁྱོད་ཆས་དང་འགྲོ་འདུག་སྤྱོད་གསུམ་
 སོགས་ལས་འདུན་བྱེད་སྤངས་རིགས་མི་འདྲ་བ་དུ་མ་ཡོད་དེ། དཔེར་ན་པ་མ་དང་རང་གི་ཆུ་བའི་སྤྲ་མ་
 སོགས་འདས་སྤངས་བྱུང་ན་སྤྲེས་པ་ཆོས་ཞུ་ཕྱིར་སྤྲོག་པ་དང་། ཏྲ་མི་རྒྱག་པ། ཏྲ་ངེ་མི་མཐུད་པ། ལཔ་ཙེ་
 མི་བསྟོད་པ་དང་བསང་ཆེན་མི་ཕུད་པ། ལྷ་གར་མི་བྱེད་པ། ཆང་མི་འཐུང་བ། ལྷ་མི་གསོ་བ། ལྷ་མི་ཕྱི་ནང་
 མི་སྤྲོག་པ། གོས་ངན་དོན་ཁྱོད་ཞིང་སྤྱག་པས་ལས་སྤྲུབ་པ་སོགས་མི་བྱེད་ལ། གཞན་གཉེན་ཉེ་པས་བ་ཞིག་
 ཡིན་ན་ཞུ་ལ་སྤྲེབས་པ་དང་ཞུ་ལ་སྐྱེ་དགྲིས་དཀར་པོ་རྒྱག་པ། མགོ་ཆེན་དང་མགོ་ལག་རས་ཀྱིས་དགྲི་བ་
 སོགས་བྱེད། བྱད་མེད་ཅིག་ཡིན་ན་པས་ཆེར་གོང་ལྷར་འདྲ་ལ་རྒྱན་ཆའི་ངོས་ནས་ལྷང་མི་འདྲ་སྟེ། གལ་
 ཏེ་སྤྲེས་པ་འདས་ན་དམར་ཕུན་མི་འདོགས་པ་དང་ཡང་ན་ཕྱག་དུང་ལེན་པ། ད་དུང་ཉིན་བདུན་ལ་མགོར་
 ཕྱིང་ཁྱོད་ནས་མ་གཏོགས་སྤྱི་ཕྱིར་མི་འགྲོ་བ། གཞན་ཡང་(ངག་རྒྱན་གྱི་བཤད་སྟེལ་ལྷར་ན་གནམ་གྱི་མཐོང་
 འགྲོ་ཟེར་བར་བཤད།)མིང་པོ་འདས་ན་རལ་བའི་དུང་ལེན་པ་དང་རལ་བའི་དུང་དང་རལ་བའི་བཙོར་
 སོགས་མིང་པོའི་སྐལ་ཡིན་པས་མིང་པོ་མ་འདས་ན་མི་ལེན་པར་བཤད་དོ།

མཚུགས་གཏམ།

སྤྱིར་བོད་མི་རིགས་ལ་སྔོན་རྒྱུན་མང་བོ་ཞིག་ཡོད་ལ། ཉམས་རྒྱུད་ཐེབས་པའི་སྔོན་རྒྱུན་ཡང་མང་བོ་
ཞིག་ཡོད། དེ་བས་འདས་མཆོད་བསྐྱབས་ལྷགས་འདི་ཡང་དེའི་ནང་གི་གཅིག་ཡིན་པས་བདག་གིས་འདི་
ལ་རྒྱས་མངའ་ཡོད་པའི་ཤན་རབ་རྣམས་ལ་བཅར་འདྲི་བྱས་ནས་སྒྲོས་ཀྱས་ཆོད་ཀྱིས་འཕྲི་བྱས་བྱས་ཡོད་
ལ་འདི་ལ་མ་འཁྱོད་ས་དང་མི་ལེགས་པ་གང་མང་ཡོད་པས་དགོངས་གནང་ཞུ་ཞུ།

མཐར་བདག་གི་བཅར་འདྲི་དང་ལེན་བྱེད་མཁན་ཤན་རབ་ལྷགས་འཆང་ཁུ་བོ་དཔལ་བོ་དང་། ཨ་ཕྱེ་རྣམས་
ཐར། ཨ་ཁུ་འཇའ་ལྷོ། ཞིང་བོ་ཚོས་འཕགས། ཞིང་བོ་ཁོན་ཐར། ས་ཚོས་ས་སྐྱབས་བཅས་ལ་བཀའ་འདྲིན་
ལན་བརྒྱར་ཞུ་ཞུ།

བཅར་འདྲིའི་དུས་ཚོད། 2015.5.17

བཅར་འདྲིའི་ས་གནས། རྒྱགས་ས་རྒྱ་སྐོར་ཕྱེ་བའི་རང་བྱིས་དུ།

པ་ཤེད། གཤམ་ཏེ་གཤམ་པོ་ལོ་ན་ཆུན་པ་ཞིག་ཡིན་ཆོ་བསྟོན་ནམས་ཆེ་བར་བཤད་པས་བྱིས་ཀྱི་གཡང་མི་
ཉམས་པའི་ཆེད་དུར་ལས་མ་བྱས་པའི་སྤྱོད་ལ་དགེ་སྤྱོད་དག་གིས་གཡང་འཕྲོད་དང་སྐར་བཅས་ཀྱི་གོ་རིམ་
ཁྱོད་ལེན་པོར་མེད་ཀྱུག་གཉེན་ཉེ་དང་ཅུ་སྐོར་གྱིས་ཀྱང་དེ་འཕལ་བྱིས་ཆང་ལས་མོ་ནམས་ཀྱིས་སྐོར་དང་
མོ་ནམས་ཀྱིས་མཆོད་མར་སོགས་ཁྱེར་ཏེ་གཤམ་པོ་ཆང་ལ་ཉེན་བདུན་ཅན་ལ་མ་ཆི་འདོན་པ་སོགས་ཀྱི་
རོགས་རམ་བྱེད་པ་ཤེད།

གཉིས་པ། ལེན་པོ་དུར་ཁྱོད་དུ་སྐྱེས་ཚུལ་དང་ཡུལ་གྱི་གསྐྱེག

ལེན་པོ་དུར་ཁྱོད་དུ་ནམ་འབྱེར་སྒྲ་མར་ལྷ་ཁིང་མང་ན་ཉེན་ལཱམ་དུག་ཉུང་ན་ཉེན་གསུམ་བཞི་ཅན་
ལས་བྱིས་དུ་འཛོག་སྒྲལ་མེད། ལེན་པོ་སྤྱོད་དང་མཆོན་དཀྱིལ། ལེན་སྒྲ། མོ་རེངས་བཅས་ལས་ཉེན་
དཀར་སྐྱེས་དུ་བའི་སྒྲལ་མེད། ལེན་པོ་འབྱེར་སྐབས་གཡག་དང་རྟ་གང་རུང་ལ་འགའ་བ་ལས་མཛོ་ལ་འགའ་
སྒྲལ་མེད་དེ་བཤད་རྒྱུ་ལ་ལེན་པོར་གྱིབ་ཆེ་བས་ཡིན་ཟེར། སྐ་གཡག་གི་གཡས་ཚུགས་ནས་བསྟོད་ལ། འབྲེང་
བ་དང་ཚུགས་ཀྱང་དུས་རྒྱུན་དང་མི་འདྲ་བར་འབྲེང་བ་སྒྲའི་མགོ་ནས་མར་ལེན་ཁིང་སྐོ་གོང་ཡང་གཡག་གི་
གཡོན་ཚུགས་ནས་པར་གཡས་ཚུགས་སུ་བསྐྱངས་ཤིང་ལེན་པོའི་དོ་ཡར་ས་སྐྱེ་འགའ། ལེན་པོ་སྐྱེས་མཐུན་
ལ་ལེན་པོ་དང་བཅས་པར་ཆ་དང་རྩེར་ལེན་པོ་སྒྲངས་པས་ཡ་བྱས་ཏེ་འཕྲོ་དགོས་གཤམ་ཏེ་གཤམ་པོའི་བྱིས་
ཡུལ་དུ་བྱ་བྱུག་དང་གཉེན་ཉེ་མེད་པའམ་ཉུང་བ་གང་རུང་ཡིན་ཆོ་གཤམ་པོའི་ཅ་ལག་ཀྱང་དུར་ཁྱོད་དུ་
བྱེར་དེ་གཙམ་ཅིང་གཏོར་བར་བྱེད། ལེན་པོ་སྐྱེས་དེ་དུར་ཁྱོད་དུ་སྐྱེ་བས་པ་དང་མི་འགས་གི་ངོའི་རྟེན་རྩ་
ཞེས་རྩི་འགའ་བཅས་ཁིང་ལེགས་པོར་བསྐྱེགས་ཆེས་དེའི་སྤྱིང་དུ་བལ་འདིང་ལ་བལ་གྱི་ནང་དུ་ནས་གཏོར།
མི་འགས་ལེན་པོ་དེ་སོག་སྐྱེ་རྩི་བསྐྱེགས་ཡོད་པའི་སྤྱིང་མོ་ལག་གཡོན་དང་སོ་ལག་གཡས་སུ་འཁེལ་བར་
བྱས་ཏེ་འཛོག་པ་ཤེད། གཤམ་ཏེ་འདས་པོར་བྱ་བྱུག་ཡོད་ཆོ་བྱ་བྱུག་ཀྱང་དུར་ཁྱོད་དུ་སྤོང་སྤེ་ལེན་པོར་བྱུག་
གསུམ་དང་མཇལ་ཆེས་དུར་ལས་བྱེད་ས་དང་རྩུང་རིང་བའི་སར་མེ་བྱས་ཏེ་ཆོ་གསུར་བྱུང་ཅིང་རྩ་ཁོལ་
བསྐོལ་བ་ཤེད། དུར་ལས་བྱེད་མཐུན་དག་གིས་གཤམ་པོའི་རྟེན་མཆོན་ལྟར་ལག་གཡས་པའམ་གཡོན་
པ་གང་རུང་གི་སྤྱིང་དུ་བཞག་ཆེས་སྐར་ཡང་ལེན་པོ་ཁ་མར་བསྐོར་དགོས་ལ་གཤམ་ཏེ་ལེན་པོ་ཁ་སྐྱབས་སུ་
མ་བཞག་པར་རོ་ལས་བྱས་ཆོ་ལེན་པོའི་ལུས་ཀྱི་རྩ་གང་རུང་ལ་གྱི་སོགས་ཐོགས་ཏེ་ལེན་པོའི་ལག་པ་དུར་
མཐུན་གྱི་སྤྱིང་དང་ལག་པར་འཐམས་པ་སོགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་འབྱུང་བྱེད་པས་ཤེད། དེ་ཆེས་གྱི་ཡིས་ལེན་

པོའི་ལུས་ཀྱི་ཤ་གཙང་མར་གཞིགས་ཤིང་གཙང་ལ་ཤུལ་གྱི་རིང་པོའི་སྤྱིང་དུ་ཅུ་སྟུ་གཏོར་ནས་གཙང་མར་
བརྟུང་དགོས། གལ་ཏེ་དེ་ལྟར་མ་བྱས་ན་བྱ་མི་འཁོར་ཞིང་བྱས་མ་བཟུང་ཆོ་ཐན་ལྟས་སམ་ངན་པ་ཞིག་ལ་
བརྩི་བ་རེད། དུར་ལས་བྱས་ཆར་ཆེས་ཆུ་བསྐོལ་ནས་ཡོད་པའི་མི་དེས་དུར་མ་ཐན་དག་ལ་ཆུ་ཁོལ་གྱིས་ལག་
པ་བཟུ་བྱ་འཇུག་ཅིང་གཤིན་པོར་གྱིབ་ཆེ་བས་ཆང་གིས་བཟུ་དགོས་ལ་རང་གི་གཅིན་པས་ཀྱང་བཟུ་དགོས་
པར་བཤད།

དེའི་ཆེས་དུར་མ་ཐན་དང་བཅས་པ་ཕྱིར་ལོག་ཅིང་དེའི་སྐབས་སྐར་བཅ་པོ་འགེལ་སའི་ཞོན་པའི་རྒྱབ་
ཀྱི་སྐད་འང་དུས་རྒྱུན་གྱི་སྐད་ཆུང་ལྟར་བྱས་པས་ཆོག། བཅ་པོ་ཁྱིར་ཤུལ་དུ་བྱིས་མིས་ཨོང་བ་མང་པོ་
ཚྭགས་གཉིས་ལུ་སྐར་ས་ཤིང་ཚྭགས་གཅིག་དུ་རྩོད་ཀྱང་པོ་དང་གཅིག་ཤོས་ལུ་འཕངས་ཏེ་ཁོལ་མོ་
བརྒྱབ་ནས་མི་འབྲུད་ལ་དགེ་སྦྱོང་མང་པོས་སེལ་དཔེ་གསུངས། བཅ་པོ་སྐྱེལ་མ་ཐན་དག་ཕྱིར་ཐོན་མ་ཐག་
ཨོང་བ་སྐར་ས་ཡོད་པ་དེའི་སྤྱིང་དུ་ལག་པ་བཟུ་བྱ་འཇུག་ཅིང་སྐར་མས་ལུས་ལ་ལྷུས་ཆབ་བྱེད་ཅིང་། ཁོ་
ཆོའི་ཞོན་པའི་རྒྱབ་ལ་འང་གད་བདར་དང་ཤུག་བདུག་བྱས་ཆེས་ད་གཞོད་བྱིས་ལ་འགྲོ།

འདུན་དང་གཤིན་ཆོས་སྐབ་ཚུལ།

གཤིན་པོ་གྲོངས་པའི་ཉིན་ནས་བཟུང་བྱིས་མི་དང་དང་གཉེན་ཉེ་སྐགས་ཀྱིས་བོད་ལའི་སྐར་རགས་
དབྱངས་ཏེ་མངོན་པར་མི་བྱེད་ཅིང་ཉིན་ཞེ་དགུ་འགོར་མཚམས་ལུ་སྐར་རགས་ཏྲོག་ཙམ་དབྱངས། གཞན་
ཡང་སྐར་ལེན་པ་དང་བྱོ་འཁྲབ་པ་སྐགས་ལ་འཛེམ་པ་དང་མི་མང་ཆོགས་ས་དང་རྩ་རྒྱགས་སྐགས་ལ་མི་འགྲོ་
བར་ཁ་འདོན་དགེ་སྦྱོར་ལ་བརྩོན་པས་འཇུག་པ་རེད། ལོ་སར་སྐབས་ཀྱང་བསང་བྱི་མི་བརྩིག་ཅིང་ལོ་སར་
གྱི་ཅ་ལག་ཀྱང་མང་པོ་མི་ཉེ། ལོ་སར་སྐབས་ལུ་བྱིས་ཆང་གཞན་དག་གིས་གཤིན་པོ་ཆང་ལ་ལོ་སྐལ་སྐྱེལ་
བ་དང་ལོ་སར་ཆེས་ལུ་ད་གཞོད་འདུན་མི་བྱེད། གཤིན་པོ་གྲོངས་པའི་ཉིན་དེ་ནས་བཟུང་ཉིན་བདུན་ལ་
མཚན་མོར་མ་ཁི་བཏོན་ཏེ་དགེ་སྐབ་བྱེད་ལ་རང་གི་རུས་ཆོད་ཀྱིས་དགོན་ཟེ་ཁག་ལ་ཆོས་འབྲེལ་འཛིག་
ཅིང་སྐད་བཤར་བ་རེད། སྐའི་ཆབ་རྩ་སྐར་འབྲུམ་ཞེས་སྐར་སྐར་མོལ་ཡང་ཡོད། བཤད་རྒྱུན་དུ་ཉིན་ཞེ་དགུའི་རིང་
ལ་འདས་པོའི་རྣམ་ཤེས་དེ་བྱིས་གྱི་མཐའ་འཁོར་དུ་ཡོད་པས་དགེ་སྐབ་བྱས་ན་རྣམ་ཤེས་དེ་ཡར་འགྲོ་བཟེ།
གཞན་དུས་རིན་ཏེ་ཚུགས་སྐབས་ལོ་མང་པོར་དགོན་པར་བསྐོལ་བ་རེད། དེ་མིན་ཉིན་ཞེ་དགུའི་རིང་
ལ་མཆོད་མེ་འཛིག་ཅིང་མ་ཁི་འདོན་ལ་སྐར་གནས་སྤྱང། རྣམ་ཤེས་དེའི་ཟས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་གསུར་འབྲུད། དེའི་

རྒྱུ་སྤྲུལ་དགོན་ཐེ་ཆེ་ལག་དང་ལྷག་པར་སྤྲུལ་པ་སོང་སྟེ་བསྐོར་བ་བྱེད་པ་རེད། ཉེན་ཞེ་དགུ་འགོར་
མཚམས་སྤྱ་ངེས་པར་དུ་དགོན་པར་བསྐོས་ཞིང་འདས་པོ་དང་ཉེ་ལམ་སྤྲུང་རིང་བ་དག་གིས་འདིའི་མཚམས་
ནས་བཟུང་མདུན་ཡང་མི་བྱེད།

མཚུག་གཏམ།

རང་ས་གནས་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་སྟོལ་གོ་མས་གཤིས་ལས་འདས་མཚོད་སྟུབ་སྟངས་ཀྱི་སྐོར་
རེ་ཞིག་མཚུག་སྒྲིལ་བར་བྱ། གཞན་ཡང་ཐེངས་འདི་མ་འཁྱེང་སའམ་ཞིབ་བསྒྲུས་འཆོམ་མིན་གང་མང་
བྱུང་ཡོད་པ་ནི་གཏོན་མི་ཟ་བས་དགོངས་འཆར་ལྷག་པོར་སྟོལ་རོགས།

བཅར་འདྲི་བྱེད་མཁན། རྫོང་བཟང་བཀྲ་ཤིས།

བཅར་འདྲི་བྱེད་ས། ཆོ་སྒྲུབས།

བཅར་འདྲི་དུས་ཚོད། 2015.5.23

བཅར་འདྲི་ས་གནས། ཆོ་སྒྲུབས་ཆང་།

མདྲ་སྒྲིལ་རྩིས་དགོན་ཆེན་གྱི་སྤྱི་བའི་གཏུང་རྒྱུ་ལྟེན་གྱི་སྐོར་རགས་ཙམ་སྒྲིལ་བ།

སྒྲིལ་བའི་ཆུ་མཚོ། རྩིས་སྐོར།

སྒྲིལ་གཞི།

འཛམ་གླིང་གི་རིག་གི་ཡང་ཆེར་ལྷུང་བའི་གངས་ཅན་བོད་པ་ཚང་ལ་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་འགྲོས་དང་མཐུན་
བའི་རིག་གནས་དང་ཡུལ་སྐོར་གོམས་གཤིས་སྐོར་ལུན་ལྷན་ཆོགས་པ་ལྷ་ཆོགས་ཤིག་དར་བ་ཐམས་ཅད་
ལས་གཤིན་པོའི་འདས་མཚན་གྱི་སྤྱི་བའི་ལྷུང་རྒྱུ་ལྟེན་རབས་ཀྱི་འཕྲོ་འཕྲུང་དང་བཞུན་ནས་འཕྲུང་སྒྲིལ་
རབས་དང་རིམ་བུ་མང་བོ་ཞིག་བྱུང་སྐྱེས་ལ། དེ་བས་ཐན་གྱིས་དེ་ལས་མདྲ་སྒྲིལ་དགོན་ཆེན་གྱི་སྤྱི་
བའི་ཆོས་གཏུང་རྒྱུ་ལྟེན་གྱི་སྤྱི་བའི་ལྷུང་རྒྱུ་ལྟེན་དེའི་སྐོར་གྱི་ཆོས་ཀྱི་ཐུག་ལེན་དང་བཅས་པ་རགས་རིམ་ཙམ་
སྒྲིལ་བར་འདོད།

དང་གོ་བདག་སྐྱོང་གི་ཆུ་ལྷན་གྱི་ཕྱག་སྐྱོལ།

ལྷུང་རྩིས་ལྷ་ལྷུང་མཚན་ན་ཕྱོགས་བཞི་མཚམས་བརྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིལ་དང་སྤྱི་བའི་ལྷུང་རྒྱུ་ལྟེན་དེ་ལས་
ནད་པ་དང་ཀན་པ་ཡོད་ན་དེ་ལ་བདག་སྐྱོང་གི་ཆུ་ལྷན་གྱི་ཕྱག་སྐྱོལ་ཆོས་འདུལ་བའི་བཅས་པ་དང་མཐུན་
པར་ཡོད། དཔེར་ན་སྤྱི་བའི་ལྷུང་རྒྱུ་ལྟེན་ལ་མ་བདེ་བ་བྱུང་ན། ནད་གཡོག་གི་ཕྱི་ལྷན་སྤྱི་བའི་ལྷུང་རྒྱུ་ལྟེན་
མ་རང་གི་འཛིན་སྐྱོང་གི་ཕྱི་ལྷན་མ་སྐྱུལ་དང་སྤྱི་བའི་ལྷུང་རྒྱུ་ལྟེན་མ་བདེ་བ་བྱུང་ན། ནད་གཡོག་གི་ཕྱི་ལྷན་
སྤྱི་བའི་ལྷུང་རྒྱུ་ལྟེན་དེ་ལྷུང་རྒྱུ་ལྟེན་འཛིན་སྐྱོང་མེད་ཆོད་གོན་གཞུང་གི་ལྷན་བདག་གི་ཕྱི་ལྷན་ཡོད།

གཉིས་པ། ལྷུང་རྩིས་ལ་བདག་གི་སྤྱི་བའི་ལྷུང་རྒྱུ་ལྟེན།

ཁོང་གིས་རང་གི་འཛིན་སྐྱོང་བའི་ལྷན་ཀན་པ་ རྒྱུ་ལྷན་པའི་ལས་སྤྱི་བའི་ལྷུང་རྒྱུ་ལྟེན་གྱི་སྤྱི་བའི་ལྷུང་རྒྱུ་ལྟེན་
ལྷུང་རྩིས་ལྷ་ལྷུང་ཐམས་གསུམ་སྐོར་ཙམ་ཡོད་པ་དེ་ཆོས་སྐྱོང་གི་ལྷན་ཀན་པ་ཚང་ལ་དབུལ་ལྷུང་དང་
དགོན་པ་གཞན་ལ་ཞུ་འདེབས་བྱ་རྒྱུ་སྐོར་རྒྱུ་ལྷན་ཀན་པ་བཞུགས་ཏེ་ཉེ་རིང་ཡིན་མིན་ལ་ཁྱད་པར་
མེད་པར་དགོས་པའི་གསུང་ལྷན་ཀན་པ་འཛིན་སྐྱོང་པར་ཡང་སྤྱི་བའི་ལྷུང་རྒྱུ་ལྟེན་གསུང་ལྷན་ཀན་པ་
ཞུ་གསུང་འབྲོན་ཆོད་ལྷུང་གི་ལྷན་ཀན་པ་ རྒྱུ་ལྷན་པའི་ལས་སྤྱི་བའི་ལྷུང་རྒྱུ་ལྟེན་ལྷན་ཀན་པ་

གི་སྒྲིང་ཅ་ལག་ཐམས་ཅད་སྒྲོར་མོར་བཞེས་ཏེ་ཆེས་སྒྲངས་ཆེས། དགེ་སྤྱུག་རང་གིས་ཉོས་ཆོ་གཞན་དང་
བསྐྱར་ན་ཅུང་རིན་གོང་ཙམ་བྱེད་དེས། དེ་མིན་ན་ཐམས་ཅད་གཞུང་གིས་ཐག་བཅད་པའི་རིན་གོང་
ཉུར་སྒྲིང་ཅ་ལག་གཟན་ཤམ་སོགས་ཚང་མ་གྱ་བ་གཉིས་ཚགས་བཅུགས་ནས་བཅོང་བ་རེད། རྒྱ་མཚན་དེ་
གྱ་བ་ཞན་གཞན་གྱ་ཡིན་ཡང་ཁོང་གཤེགས་པ་དང་རྒྱ་ཐུང་ཆེ་མ་ཅུང་གསུམ་ཅི་ཡོད་ཐམས་ཅད་ཡུལ་མི་
དང་དགེ་སྤྱུག་སོགས་སྤུ་ལའང་མི་དབང་བར་ཚང་མ་གྱ་ཚང་སྤྱི་ལ་དབང་བའི་ཕྱག་ལེན་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡིན།

གསུམ་པ། སྤྱི་གཤེགས་པ་ན་གྱ་ཚང་ལ་བད་བྱེད་སྒྲངས།

གྱ་བ་ཞིག་སྤྱི་གཤེགས་ཆོ་ཐོག་མར་དགེ་བསྐྱོས་ལ་བད་བྱས་ཆེས་དེས་དུང་འབྱུང་གཉིས་ལ་བད་བྱས་
པ་ན། དུང་འབྱུང་གཉིས་ཀྱིས་གྱ་ཤག་དེའི་ཁང་ཐོག་གམ་གཡས་གཡོན་གང་ཅང་ནས་དུང་ཆ་འབྱུང་བྱས་
ནས་བོས་ཆོ། གྱ་ཚང་ཡོད་ཚད་གཅིག་ཀྱང་མ་ལུས་པར་ཉིན་མཚན་དེས་མེད་དུ་ཕེབས་པ་རེད། དེ་ནས་
གྱ་བ་ཞན་པ་ཆོ་བྱིས་དུ་བཞུགས་ཆེས་དེའི་འཕྲོ་མ་བྱམས་ར་དང་བྱི་སྒོ་ནས་བཞུགས་ཏེ་སྒོན་ལམ་རྒྱམ་ཐུ་
གཞུངས་ཐུགས་ཟབ་མོ་ཆོ་གསུང་དང་བཅས་པ་གསུངས། དེ་ཆེས་སྒྲོར་མོ་འགའི་སྤྱི་འབྱུང་འབྱུལ་བའི་ཕྱག་
སྤྱོལ་ཡོད།

བཞི་པ། དགེ་ཅུར་གཤིན་ཆས་སྤྱི་བ་སྒྲངས།

གཏུང་རྒྱགས་ལ་གྱ་བ་བདུན་རེ་གདན་དྲངས་ཏེ་བདེ་གསང་འཛིགས་གསུམ་གྱི་ཆོ་ག་བདག་འཇུག་
དང་བཅས་པ་ཉིན་ཐུང་དང་བདུན་གྱི་བར་དུ་གསུངས། གྱ་ཚང་སྤྱི་ནས་ཕྱང་བོ་བདག་མ་བྱས་པར་དགོང་
མོ་མཚད་མེ་གསུང་དུ་ཕེབས་ནས་སྒོན་ལམ་དང་རྒྱན་འཇུག་གཉིས་སོགས་རེས་མོས་སྤྱི་གསུངས།

ཐེང་པ། འདུན་བྱེད་སྒྲངས།

སྒྲམ་དང་ཁྱི་བ་ལྟ་བུ་སྤྱི་གཤེགས་པ་ན་འདུ་ཁང་དང་ལྟ་ཁང་སྤྱིང་གི་གཤེར་རྟོག་དང་རྒྱལ་མཚན་
སོགས་བདུན་ཕྱེད་སྤྱོལ་ཡོད།

བྱུག་པ། མང་ཇ་འབྲེན་སྒྲངས།

དེའི་འཕྲོར་གྱ་ཚང་ལ་མང་ཇ་བསྐྱོལ་ཏེ་གཤེགས་པོ་དེའི་སྒྲིང་ཅ་ལག་དང་ན་བཟའ་སོགས་བཅོང་བའི་
རིན་པ་ཅི་ཡོད་ཐམས་ཅད་གྱ་ཚང་ལ་སྒྲན་གཤེར་ཕྱལ་བ་དང་དེ་ཆེས་སྒྲོར་མོ་ཚང་མ་གྱ་ཚང་ལ་སྤྱི་འབྱུང་
འབྱུལ་བ་རེད།

བདུན་པ། སྐུ་གདུང་བདག་ཕྱིན་སྐྱངས།

ཐཱ་མ་དང་ཉམས་ལེན་པ་མང་ཆེ་བ་ཐུགས་དམ་ལ་བཞུགས་པ་དང་སེང་གི་ཉལ་སྐྱབས་ཀྱིས་གཤེགས་པ་སོགས་གང་ཡིན་ཡང་སྐུ་གདུང་དེ་མ་མཐའ་ཡང་ཉིན་གསུམ་གྱི་ཇེས་ནས་མ་གཏོགས་བདག་མི་བྱེད་ལ་དེ་དུས་ཀྱང་གྲ་ཚང་ཕེབས་ནས་སྒྲོན་ལམ་རྒྱུ་ཕྱ་དང་གཟུངས་ཐུགས་ཟབ་མོ། ཆ་གསུམ་སོགས་ཚང་མ་གསུངས་ཚར་ཇེས། རྒྱུ་ཆ་ལྟ་བུར་མཚན་ན་ཐཱ་མ་དང་སྐུ་ལ་སྐུ་ཡིན་ན་སྐུ་གདུང་བྱིན་ཐེག་ཕྱིན་པའི་སྲོལ་ཡོད་ལ། གལ་ཏེ་བྱིན་ཐེག་ཕྱིན་ཆོ་ནང་ཆེན་སོགས་ནས་ཐབ་ཁུང་བཞེངས་ཏེ་བྱིན་ཐེག་ཕྱིན་ལ། དེར་ཡང་སྐུ་བརྟན་དང་འཕེལ་གདུང་། རིང་བསྐུལ། འབབ་པ་སོགས་ངོ་མཚར་པའི་རྟགས་མཚན་མང་དུ་འབྱུང་བ་ནི་ཞུ་དམར་པ་རྟེན་ཏེ་སྐུ་ཕྱིན་བཞི་པའི་གདུང་རྟེན་མཐའ་སྤྱོད་མའི་སྐུ་བརྟན་རང་ཕྱོག་ལྟ་བུ་རེད། གཞན་ཐཱ་མ་དང་སྐུ་ལ་སྐུ་ལྟ་བུ་དམིགས་གསལ་ཅན་རེ་མ་གཏོགས་པ་ལ་ཆེར་བྱ་བྱིན་ཕྱིན་ལ་གྲ་བ་ཤན་པ་ཞིག་ཡིན་ན་གྲ་བ་ཚང་མ་དུར་སར་ཕེབས་པ་རེད། དེ་མིན་གྲ་བ་རྒྱུང་རྒྱུང་ཞིག་ཡིན་ན་རང་གི་འཛིན་གྲའི་གྲ་བ་ཆོས་སྐྱེལ་བ་རེད། གལ་སྲིད་འཛིན་གྲ་དེར་མི་ཉུང་ན་གཞུང་ལ་ཁྱུ་ཆོ་གཞུང་གིས་དེའི་གོང་འོག་གི་འཛིན་གྲ་གཞན་པ་ཆོགས་བཅུགས་ནས་དེ་ལྟར་དུར་སར་སྐྱེལ་བ་རེད། དུར་ཁྱོད་ནས་བདག་ཕྱིན་མཐའ་ཡང་འཛིན་གྲའི་ནང་ན་བདག་ཕྱིན་མཐའ་བཟང་པོ་ཡོད་ན་དེས་བདག་ཕྱིན་མེད་ན་དགོན་པ་གཞུང་ནས་དེ་འདྲའི་བྱ་བ་ལ་ཉམས་སྤྱོད་དང་ཐུན་པའི་གྲ་བ་རེ་གཉིས་ཆོགས་རྒྱག་པ་རེད།

བརྒྱད་པ། གདུང་ཕྱིན་བདག་ཕྱིན་སྐྱངས།

གལ་སྲིད་བྱ་བྱིན་ཡིན་ན་བྱས་ཆོས་ཚར་ཇེས་ཕྱིན་པ་ཐམས་ཅད་ལྟ་ཆོགས་སོ་སོར་གཏོར་ནས་མེར་བསྐྱེད་ཏེ་ཕྱིན་ཐེག་ཕྱིན་ཁྱེད་ཡོང་། ཕྱིན་ཆོག་མང་དུ་བྱས་ཇེས་ཕྱིན་པ་དེ་ཞིབ་མོར་བརྟུངས་ནས་སེ་འབྲས་དགེ་གསུམ་གྱི་དུར་ཁྱོད་སོགས་སྐུ་གཏོར་བ་དང་མདོ་སྐྱོད་འདིར་པལ་ཆེ་བས་ཆོང་ཁའི་སྐྱེས་རེ་དང་མ་རྒྱ་སོགས་སྐུ་གཤེགས་པ་དང་། གཞན་ཡང་ས་དམར་དང་བསྐེས་ཏེ་སྐྱོད་སོགས་དཔར་ནས་འབྲུམ་ཁང་བཞེངས་པ་དང་། དགོན་པའི་སྐོར་ལམ་སོགས་ཀྱི་བྱ་བྱ་འཛིན་པར་སོགས་བྱེད།

མཁུག་གཏམ།

ཕྱིར་ས་སྐྱང་རེལ་མོ་འདིའི་སྤྱིང་ན་གདོད་མ་ནས་ད་ལྟའི་བར་རིག་གནས་སྐྱ་ཆོགས་ཤིག་དར་བ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་མདོར་བསྐྱུས་ན་སྐྱེ་འཆི་རིག་གནས་གཉིས་སྐུ་འདུ་བར་བཞེད་ཕྱིར་བདག་ལྟ་བུས་མདོ་སྐྱེགས་

བསྟན་པའི་ཞིང་སར་གྱུར་པའི་མདྲོ་མཛད་དགོན་ཆེན་གྱི་ཐུན་མོང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱག་
སྟེན་ཆེན་མོ་ལྟེན་པའི་ལྷ་ཅིན་དུང་དགོན་ཆེན་དེའི་བཀའ་བཅུ་རབ་འབྲུམས་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཞན་
ཆེན་མོ་སྒྲིད་བདེ་འཛིགས་མེད་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་ལ་བཀའ་འདྲི་ལྷས་པ་རྣམས་ཀྱང་ཁོང་གི་དགོངས་པ་ཇི་
བཞིན་མ་ཐོན་པ་དང་ལོག་འདྲི་བྱས་པ་ཡང་ཡོད་སྟེ་པས་ཁོང་ཉིད་གཙོ་བྱས་པའི་སྟོག་མཁན་ཡོངས་ལ་
དགོངས་དག་ལྟ།

མཛོད་དགོ་རྒྱུ་ཆའི་ཡུལ་གྱི་འདས་མཆོད་བྱེད་སྒྲུངས་རགས་ཙམ་སློང་བ།

སློ་བཟང་ཚུལ་ཁྲིམས། མཛོད་དགོ།

སློང་གཞི།

དེ་ཡང་རང་མི་རིགས་ལ་མཆོན་ན་ལྷང་བ་རེ་རེར་གོམས་གཤིས་དང་སྒྲུལ་ལྷགས་མི་གཅིག་པ་མང་བོ་
ཡོད་གཤིས་འདས་མཆོད་བྱེད་སྒྲུངས་ཀྱང་མི་འདྲ་བ་རེ་ཡོད། དེ་བས་འདིར་བྱེད་བྱེད་རྒྱུ་ཆའི་ཡུལ་གྱི་འདས་
མཆོད་བྱེད་སྒྲུངས་རགས་ཙམ་སློང་བ་ལ་བཅའ་པོ་བདག་བྱེད་སྒྲུངས་དང་། གཤིན་ཆོས་སྒྲུབ་སྒྲུངས། ཏུར་
ལས་བྱེད་ཚུལ་དང་གསུམ་ལས།

དང་པོ་བཅའ་པོ་བདག་བྱེད་སྒྲུངས།

རི་སྐད་དུ། གང་དུ་གནས་ཀྱང་འཛི་བས་མི་ཚུགས་པའི། ཁ་སྒྲུགས་དེ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་
གསུངས་པ་ལྟར་སྒྲེ་ནས་བཟང་འཛི་བ་ལ་མཛོན་དུ་བྱོགས་པ་ནི་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཆོས་ཉིད་ཐུབ་ལ། འོན་
ཀྱང་འཛི་ཚུལ་ལ་རྣམ་པ་མི་འདྲ་བ་མང་བོ་འདུག རྒྱུ་རྩ་ཆོགས་ཀྱིས་ཤི་བ་དང་ཆོ་ཟད་ནས་ཤི་བ། རི་
ནས་ཤི་བ་དང་བྱིས་ནས་ཤི་བ་གང་ཡིན་ཡང་བཅའ་པོ་བཙུག་ཐབས་གཅིག་མཆོངས་ཡིན། ཐོག་མར་མི་ཞིག་
འདས་ནས་བྱེད་བྱུགས་ཆད་དེ་ནང་དབྱགས་མ་ཆད་པའི་མཆོམས་དེར་རང་ས་གནས་ཀྱི་དགོན་པ་ནས་
དགོ་ཚུལ་སློང་འགའ་གདན་དྲངས་ཏེ་འོད་དཔག་མེད་དང་རིན་ཆེན་གཙུག་གཏོར་ཅན། ལྷན་ལྷ་བདེ་
གཤེགས་བརྒྱུད་ལ་སོགས་པའི་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་མཆོན་མང་བོ་བཙོན་ཅིང་མཐུག་ནས་བཟང་བོ་སྦྱོང་པ་སོགས་
བསྟོ་སྟོན་གསུངས་མཐར་འདས་པོ་ལ་ཆོས་འབྲེལ་ཡོད་པའི་སྒྲུ་མའམ་མཐན་པོ་གང་རུང་ཞིག་གདན་འུ་
ལྷས་ཏེ་འཕོ་བ་ལྷ་དགོས། དེ་ཡང་ནང་དབྱགས་ཆད་མ་ཆད་ནི་མགོན་པའི་ལམ་ནས་དབྱགས་ལེན་མཆོམས་
བཞག་ཀྱང་སྤིང་ག་དང་རྐང་མཐེལ་ན་དྲོད་ཡོད་པའི་སྐབས་སུ་ནང་དབྱགས་ད་རུང་ཆད་མེད་པའི་རྟགས་
ཡིན་ཞེས་བཤད་སྒྲུལ་འདུག དེ་ནས་ལོ་ན་རྒྱན་པ་གཉིས་ལ་འདས་དུས་ཀྱི་དུས་ཆོད་སོགས་གསལ་
པོར་ངེས་པར་བྱས་ཏེ་གཤིན་རྩིས་བྱེད་དུ་མངགས་དགོས། འཕོ་བ་བཏབ་རྗེས་བཅའ་པོ་བདག་བྱེད་མཐན་ལ་
མི་གཉིས་ཡོང་ནས་གཤིན་པའི་ལུས་ཀྱི་གོས་བཟུས་ཏེ་སྤེང་དུ་རས་དཀར་བོ་ཞིག་བཀག་ནས་དབང་པོའི་

སྒོ་གང་ཅུང་ནས་ཚུ་མེར་མ་ཐོན་གྱི་བར་དུ་མི་སྐྱལ་བར་འཛོག་སྒོ་གང་ཅུང་ནས་ཚུ་མེར་ཐོན་ཆོད་གཞོང་
ནམ་ཤེས་བཅའ་པོ་དང་ཁ་བུལ་སོང་བའི་རྟ་གས་ཡིན་ཞེས་ཟེར། དེ་ནས་བཅའ་ཐག་གིས་མགོ་ལག་བསྒྲོངས་
ཏེ་བྱིས་གྱི་ཡར་སྤྱོད་སྤང་གྱི་བྱ་ཁར་རས་ཡུག་དཀར་པོ་ཞིག་གིས་ཕུར་ཁང་གི་ནམ་པ་བྱས་ཏེ་འཛོག་དགོས་
ཤིང་། དེ་ནས་བཟུང་བཅའ་པོ་མ་ཁྱེར་བར་དུ་ཕུར་ཁང་བྱང་ནས་འདུག་དགོས་སོ།

གཉིས་པ། གཤམ་ཚོས་སྐབ་སྤངས།

དེ་ནས་གཤམ་ཚོས་ནི་བདུན་ཚོགས་དང་པོ་ནས་བདུན་པའི་བར་ཏེ་ཞག་ཞེ་དགུའི་བར་དུ་བྱེད་སྒོ་ལ་
ཡོད་མོད་གཙོ་བོ་བདུན་ཚོགས་དང་པོ་དེ་ཡིན། བདུན་དང་པོ་ལ་ཅུ་སྟོར་གྱི་སྤྱོད་སྤང་མ་ཚང་མ་བྱིས་ཚང་
དེར་འཛོགས་ནས་ཉིན་གུང་དང་དགོང་མོ་གཉིས་ལ་མ་ཁེ་བསྐྱལ་དགོས། དེ་དུས་སྤྱོད་སྤང་མ་ཚོས་བཟང་སྤྱོད་
ཚོན་པ་གསུམ་དུ་བྱས་ཏེ་འདོན་ལ། དུང་མེད་ཚོས་མ་ཁེའི་མཐུན་འཁྱུར་དབྱངས་རྟ་དང་བཅས་གྱུར་དགོས།
སྐབས་དེར་རང་ཉིད་གང་ལ་གཏོགས་པའི་འཚོ་བ་དེའི་བྱིས་ཚང་རེ་རེ་ནས་མཚོད་སྟོང་གཅིག་དང་། ཁབ་
དང་སྐྱད་པ། འབས་དང་ཀ་ར་སོགས་ཁྱེར་ཡོང་ནས་ཉིན་གཅིག་གི་མ་ཁེ་འཛོན། དེ་ནས་གཤམ་ཚོས་སྤྱོད་
གསལ་བའི་འདས་པོའི་ལྷ་སྐལ་དུ་སྐྱེ་ཅི་འདྲ་བཞིང་དགོས་པ་དང་བཅས་སྤྱོད་སྤང་གི་ལྷ་སྐལ་
རང་གི་འབྱོར་བ་ལ་གཞིགས་ནས་གསེར་དུལ་གང་ཅུང་གི་སྐྱེ་འདྲ་དང་ཡང་ན་ཞལ་ཐང་སོགས་གང་
འབྱུང་བཞིངས་ནས་བཤམས་པ་དང་། དེའི་མདུན་དུ་ཞག་ཞེ་དགུའི་བར་དུ་མཚོད་མེ་ཆག་མེད་དུ་འཛོག་
སྒོ་ལ་འདུག་དེ་ཡང་གཙོ་བོ་ཞག་ཞེ་དགུའི་ནང་དུ་ནམ་ཤེས་ནི་གནས་གང་ཅུང་ཞིག་དུ་འཕྲོད་དགོས་པས་
སོ། །ཤམ་ཚོས་ཡང་བདུན་ཚོགས་དང་པོའི་རིང་ལ་རང་གི་སྒོ་བའི་བྱ་རྒྱུན་ནམས་གདན་དྲངས་ཏེ་ཀུན་རིག་
དང་སྤྱོད་སྤང་། བདེ་གསང་འཛིགས་གསུམ་གང་ཅུང་གི་སྒོ་ནས་ཉིན་རེ་རེར་སྤྱངས་ཚོག་^① མཛོད་པ་དང་།
མཐུན་སྤྱོད་འཛོམས་པ་དག་གིས་སྤྱོད་སྤང་སོ་སོ་ནས་སྤྱོད་མ་དང་མཐུན་པོ་རེ་འགའ་གདན་དྲངས་ཏེ་སྤྱངས་
ཚོག་མཛོད། རང་གི་འབྱོར་བས་ཟེན་ཆོ་ཉིན་དང་པོ་དང་གསུམ་པ་བཞི་བའི་བར་རང་གི་མཚོད་གནས་གྱི་
དགོན་ཁག་གཉིས་པོའི་དགེ་འདུན་པ་ཡོངས་དང་བྲག་ཤྲག་རི་ཁྲོད་གྱི་མ་ཚོད་སོགས་གདན་དྲངས་ཏེ་
གཤམ་ཚོས་པོའི་དགེ་རྩེར་སྤྱོད་མཚོད་དང་སྤྱོད་ལམ་ནམ་ལ། སྤྱོད་སྤང་། ཀུན་རིག་བཅས་གྱི་སྒོ་ནས་སྤྱངས་ཚོག་

① སྤྱངས་ཚོག་ནི་ཚོག་ཞིག་གི་མིང་།

མཛོད་པས། དེ་ལ་རྒྱུ་ཆའི་རྒྱུ་བ་ལྟེ་ནས་གསུམ་ཟེར། ཞོར་དུ་དགེ་སྦྱོར་བདུན་རེ་ནས་མི་འབྲུགས་པ་དང་
བདེ་གསལ་འཇིགས་གསུམ་གང་རུང་གི་བདག་འཇུག་གི་མཇུག་ཏུ་སྦྱངས་ཆོག་ཟེར། དགེ་འདུན་ནམས་
གསོལ་ཆོགས་ལེགས་པར་འབྱུང་དགོས། ད་དུང་རང་གི་ཤོག་ཁ་དེའི་སྡེ་བ་སོ་སོའི་བྱིས་མི་རེ་གཤམ་པོའི་
བྱིས་དུ་པོས་ཏེ་གྲུང་ཆོགས་དང་འབྱུང་བ་སོགས་གང་འབྱོར་ལུལ་ཏེ་སྦྱང་གནས་འཛོག་པ་དང་། བྱིས་ཆང་
དང་འདས་པོ་ལ་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་མི་མང་བོ་སྐད་ཆ་འདྲི་བྱ་ཡོང་། ཁོང་ཆོས་འབྱོར་བས་ཟེན་ཆོད་ཀྱིས་ཤོག་
དདུལ་དང་མཆོད་མར་སོགས་གཤམ་པོར་དགེ་བ་རྒྱུ་ཏེན་དུ་འབྱུང་། བདུན་ཆོགས་དང་པོ་མ་ཇོགས་
བར་དུ་སྡེ་བ་དེའི་སྐྱེས་པ་ཡོད་ཆད་གཤམ་པོའི་བྱིས་དུ་འཛོམས་ནས་འདས་མཆོད་རྒྱུ་པར་མ་ཐུག་ཀྱིན་
ཅི་ཐུབ་སྦྱར་དགོས། ད་དུང་སྡེ་བ་དེའི་མི་རེ་འགའ་ཆོགས་བྱས་ཏེ་མཛོད་དགེའི་ལུལ་གྱི་དགོན་པ་ཆེ་ཤོས་
ཁག་ལ་བཞུགས་ཏེན་དང་མ་ཁི་སོགས་བཙལ་དུ་མངགས་པ་དང་། མདོར་ན་ཡར་དཀོན་མཆོག་ལ་མཆོད་པ་དང་།
མར་དན་སོང་ལ་བྱིན་གཏོང་སོགས་བྱིས་ཆང་རང་རང་གི་འབྱོར་བའི་བབ་བསྐྱུན་ལྟར་མཆོད་བྱིན་བྱེད་
སྒོལ་ཡོད། རྒྱན་ཆད་མགོན་པོ་དང་སྡེ་མིའི་གསོལ་ཆོགས་སོགས་ལ་དམར་ཟས་ཤུགས་ཆེ་མོད། ད་སྐབས་
དཀར་ཟས་ལ་རོལ་བའི་སྒོལ་ཆགས་ཡོད་དོ།

གསུམ་པ། དུར་འཇུག་བྱེད་ཚུལ།

དེ་ཡང་སྦྱར་དུར་འཇུག་བྱེད་སྐྱེད་ས་ལ་ས་དུར་དང་། རྒྱ་དུར། མེ་དུར་སོགས་ཀྱི་རིགས་མང་པོ་ཡོད་
མོད། འདི་ཚུགས་སུ་བྱ་གཡེང་གཙོ་ཆེ་བར་བྱེད་དོ། བྱ་དུར་འདི་ཡང་བོད་ཀྱི་ས་ཆ་མ་གཏོགས་གཞན་ལ་
ཕལ་ཆེར་མེད་པར་བཤད། དེ་ཡང་གཙོད་ཀྱི་གདམས་པ་ལས་བྱུང་བའི་བཅའ་པོ་གཟན་བསྐྱར་གྱི་རིགས་སུ་
གཏོགས་ལ་བཅའ་པོ་འདབ་ཆགས་ཤོད་པོའི་གཟན་དུ་བྱས་པ་ནི་བྱིན་གཏོང་བྱ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་བཅི་སྒོལ་འདུག
འོན་ཀྱང་མཛོད་ནད་ཅན་གྱི་བཅའ་པོའི་རིགས་ནི་དུར་ཁྲོད་ཀྱི་གཤམ་ནས་ས་དུར་བྱེད་པ་ལས་བྱ་གཡེང་མི་
བྱེད་པ་དང་།

བྱིས་པ་ལོ་བཞི་ལྷ་ཅན་དང་བཙས་མ་ཐག་ནས་འདས་པ་ཡིན་ན་དཔེགས་གསལ་གྱིས་རྒྱ་དུར་བྱེད་
སྒོལ་འདུག བྱིར་འདས་པོའི་བཅའ་པོ་བདག་བྱེད་མཐན་ལ་སྡེ་བ་དེའི་མི་གཉིས་རེ་རེས་མོས་སུ་འཁོར་ནས་
ཡོད་ལ། ཆེས་སུ་གསལ་བའི་བཅའ་པོ་དུར་མཆོད་བྱེད་པའི་ཉིན་དེར་མི་གཉིས་པོའི་རམ་འདེགས་སུ་མི་
བཞིའི་ཡན་འགྲོ་སྒོལ་ཆེར་མི་འདུག་མོད། ལོ་ན་བརྒྱད་ཅུའི་ཡན་ཞིག་ཡིན་ཆེ་ལོ་གཞོན་མང་བོ་དུར་ཁྲོད་

ལ་འབྲིང་སྒྲིལ་ཡང་འདུག ཏུར་མཚོད་བྱེད་མཁན་དེ་ལ་ཡང་མི་ཆ་ཡ་ལྗེ་བ་དགོས་པ་ལས་གང་འདོད་
འདོད་དུ་འགྲོ་བ་མི་འཇུག དེ་ནི་མར་འགྲོ་དུས་ལ་དང་ཕྱིར་ལོག་དུས་ཆ་བྱེད་དགོས། ཏུར་མཚོད་བྱེད་
ཉིན་གྱི་ནངས་དུས་སྐྱ་རེངས་མ་ཤར་གོང་ཏུར་སར་ལམ་དུ་ཆས་ཁར་གྲ་གོང་བྱུང་མེད་ཀྱིས་འདས་པའི་
བྱིས་ནས་གཡང་འབོད་བྱེད་པ་དང་། བྱོན་པ་ཡོལ་བ་^② སྟགས་ཆིས་གཞུང་ལྷར་རོ། བཅའ་པོ་མ་ཁྱེར་སྒྲོན་
དུ་བྱིས་ཚང་རེ་རེའི་སྟོ་ཁར་ཐལ་ར་འཐེན་དགོས། དེ་ནི་རྣམ་ཤེས་གཞན་ལ་མི་འབྱུངས་པའི་ཆེད་ཡིན་
ཟེར། ཏུར་མཚོད་བྱེད་དུ་སོང་ཤུལ་གྱི་ལྗེ་མི་དག་གིས་གིས་རས་ངོས་སུ་དཔར་བའི་རྩོད་ཀའོད་པ་དང་མ་
ཆེད་དར་སྟོག་འཐེན་པ་དང་། སུར་ཤུལ་དུ་རྩམ་པ་དང་བལ་དཀར་འཛོག་དགོས། ཏུར་སར་འགྲོ་བའི་
ལམ་ཁར་ཡང་རྩོད་ཏེ་མ་ཆེད་དར་སྟོག་འཐེན་ཏེ་འགྲོ་ལ། བཅའ་པོ་འགའ་མ་དེའང་མཛོད་དེལ་སྒྲ་
བྱ་འཕེལ་ཐོག་གམ་རིགས་རྒྱུད་མེད་པའི་རིགས་ལ་འགའ་སྒྲིལ་མི་འདུག དེ་ནས་ཏུར་ས་ནས་མ་ཆེད་དར་
སྟོག་འཐེན་པ་དང་གསུར་ཡང་བཟོས་ནས། ཏུར་མཚོད་བྱེད་མི་གཉིས་ཀས་བཅའ་པོ་བྱ་གཡེང་བྱས་ཆེས་
ཏུར་ས་གཙང་བདག་བཟོ་དགོས། ཏུར་ལས་བྱས་ཏེ་ཕྱིར་ལོག་སྐབས་ལྗེ་བའི་ལམ་སྒྲེ་ནས་རྩེ་དཀར་ནག་
དང་ཤུག་པ་བཟེག་སྟེ་རྒྱ་དཀར་ནག་གཉིས་ཀྱིས་ཏུར་མཚོད་བྱེད་མི་རྣམས་ཀྱི་བྲིབ་དང་མི་གཙང་བ་སྟགས་
འདག་ཆེད་རྩོད་རྒྱས་བྲིབ་བསིལ་བྱ་དགོས། དེའང་ཁ་མར་འཁོར་ནས་རྩོད་གཉིས་ཆེད་དང་། ཡར་འཁོར་ཏེ་རྩོད་
དཀར་སྟེང་ལ་ཁྱུས་བྱེད་དགོས། དེ་ནས་ཁོ་ཚོ་གཤིན་པའི་ཚང་དུ་ལོག་སྟེ་ཉིན་དེའི་ཏུར་ལས་བྱེད་སྐབས་
རྣམས་བྱིས་མི་དག་ལ་སྟུན་ཞུ་བྱས་ཆོ་བྱིས་ཚང་ནས་ཀྱང་ཁོ་གཉིས་ལ་ཇ་བག་རེའི་སྟེང་དུ་བལ་དཀར་རེ་
བཞག་སྟེ་ལག་དཀར་^③ ཟེར་བ་ཞིག་སྟེར་དགོས། དེ་ལྷར་བདུན་ཆོགས་དང་བོ་རྩོགས་ནས། བདུན་ཆོགས་
གཉིས་པ་ནས་བཟུང་ཞག་ཞིག་གཉིས་ཀྱི་རིང་ལ་དགེ་སྟོང་གཅིག་གིས་ཉིན་ལྷར་མཚོད་འབུལ་སྟགས་མ་ཆད་
པར་བྱས་ཏེ་བདུན་བདུན་པའི་ཞག་ཞིག་དགུ་བ་རྩོགས་པའི་ཉིན་དེར་མཚོད་གནས་ཀྱི་དགེ་འདུན་པ་དང་
ཡང་ན་སྒྲ་མ་དང་མཁན་པོ་གང་རུང་ཞིག་གདན་དྲངས་ཏེ་སྐབས་ཆོག་བྱས་མཐར་མིང་བྱང་ཡང་མེ་ལ་
བཞུ་བ་སྟགས་ཀྱིས་གཤིན་ཆོས་ཀྱབ་པར་བྱེད་དོ།

② བཅའ་པོ་ཁྱེར་སའི་བྱོན་པ་ཀྱི་སྟོག་སྟོགས་སུ་ཡོལ་བ་ཞིག་འཐེན་སྒྲིལ་ཡོད་པ་དེའོ།

③ ཇ་བག་རེའི་སྟེང་དུ་བལ་དང་ཁ་བཏགས་རེ་བཀའ་དྲིན་མཚོན་བྱེད་དུ་སྟེར་བ་ལ་ལག་དཀར་ཟེར།

དོ་སྤྲོས་ལུལ་གྱི་འདས་མཆོད་སྐྱབ་སྒྲངས་ཅུང་ཟད་བཤད་པ།

དོ་སྤྲོས་མིག་དམར་དོན་བྱུལ། རྒྱ་རྒྱུ་།

སྒྲེང་གཞི།

དོ་སྤྲོས་ལུལ་ཚོ་ཞེས་པ་འདི་ནི་ཐོན་གྱི་བཤད་སྒྲོལ་ལྟར་ན་སྒོ་དཔ་ལག་གསུམ་དང་སྒྲུང་པ་ལྟེ་བདུན་
བཅས་ལྟེ་བ་མང་པོ་ཞིག་གིས་བྱུལ་ཡོད་པས། འདས་མཆོད་སྐྱབ་སྒྲངས་ལ་ཞིབ་མོ་དབྱུང་ན་ཅུང་མི་འདྲ་
ས་ཡོད་མོད། བཅན་ནི་རང་སྒོ་རང་ལ་སྒྲིག་དུ་མ་བྱུར་བ་ཞེས་པའི་དཔེ་ལྟར་ཡོན་ཏན་གྱི་ཚུ་ཆད་སོགས་
གང་གི་ཆ་ནས་ཀྱང་ཞན་ན་འང་འདི་ནས་བདག་གིས་རང་ལུལ་གྱི་འདས་མཆོད་སྒྲོན་རགས་ཅམ་བཞིན་
པར་བྱའོ།

དང་པོ་བཅ་པོ་བཅོས་སྒྲངས།

ཁྱེན་དང་ནད་གཞི། བར་ཆད་སོགས་གང་གིས་ཤི་བ་ཡིན་ཡང་ཁྱིམ་ནས་དབྱགས་ཆད་པ་ཡིན་ན་བཅ་
པོ་བཅོས་སྒྲངས་གཅིག་ཡིན། (སྤྱི་ཕྱི་ནས་དབྱགས་ཆད་པ་ཡིན་ན་རྟོ་ནད་དུ་བྱེད་མི་ཡོང་བར་སྒྲ་བྲང་
སོགས་ལ་བྱེད་པའི་སྒོལ་ཡོད།) འོ་ན་བཅ་པོ་བཅོས་སྒྲངས་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཟེར་ན།

དབྱགས་ཆད་ཁ་མ་དེར་ཁ་ནད་དུ་སྐྱེ་བདུན་རིལ་བྱའམ་མ་ཁི་བུལ་བྱ་གང་ཅུང་རེ་འཛོག་དགོས། དེ་
ནི་ཐོན་གྱི་བཤད་སྐྱབ་ལྟར་ན་སྐྱེ་བདུན་བུལ་བྱས་ངན་འགྲོའི་སྒོ་གཅོད་པ་དང་། མ་ཁི་རིལ་བྱས་སྐར་ཡང་
བོད་མིའི་སྐྱེ་བ་ལོན་པར་རྟེན་འབྲེལ་བཟང་པོ་ཡོད་པར་བཤད། དབྱགས་ཆད་མ་ཐག་བཅ་པོ་འཛོག་ས་
གཏན་འཁེལ་མི་བྱ་བར་ཆ་གསུར་བུལ་རྩེས། རང་གི་ལྷ་སྤེའི་བྲ་བ་གདན་འབྲེན་བྱས་ནས་སྒོན་ལམ་དང་
བྱས་མཆོག་བསྐྱར་རྩེས་ད་གཞིན་འཛོག་སའི་ས་གཏན་འཁེལ་བྱེད་པ་ཡིན། འཛོག་ས་དེའང་ཐོན་དང་མི་
འདྲ་སྟེ། ཐོན་ལྟར་ན་བཅ་པོ་དེ་ལྟགས་ཁང་དུ་འཛོག་པ་དང་དེ་བཞིན་དུ་ཁང་བའི་སྒོ་འགྲམ་དུའང་འཛོག་
ད་ལྟ་ཡིན་ན་ཆ་ཐབས་དེ་དུ་འཛོག་བཞིན་འདུག་ལ། འཛོག་སྒྲངས་ལ་ཕོ་མའི་དབྱེ་བ་ཡོད་དེ། ཕོ་ཡིན་ན་
ལག་གཡས་པའི་སྤྲང་ལ་མགོ་པོ་བཞག་སྟེ་མཐེ་བོང་གིས་ན་སྒོ་དང་མཛུབ་ཆུང་གིས་སྒྲ་སྒོ་བཅད་པའི་རྣམ་
པ་སྒྲར་འཛོག་པ་དང་། ལག་གཡོན་པ་དབྱི་མགོའི་སྤྲང་གཞག་དགོས་ཤིང་། མོ་ཡིན་ན་སོ་ལས་ཐོག་སྟེ་

ལག་གཡོན་པའི་སྤྱིང་དུ་མགོ་པོ་བཞག་ནས་ལག་གཡས་པ་དབྱི་མགོའི་སྤྱིང་དུ་འཛོག་དགོས། བེམ་པོའི་
མཐར་རས་དཀར་བོས་བསྐྱར་ནས་བེམ་པོ་མི་མངོན་པར་གཞག་དགོས། སྤུང་མགོར་དཀར་ཡོལ་གྱི་ནང་
དུ་བྱ་ལྷུ་གྱི་དཀར་མི་བསྐྱོན་ནས་བར་དོའི་ལམ་སྟོན་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་པར་བཤད། དེ་གཞིན་དུ་ཐར་
མདོ་དང་ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་དཔེ་ཆ་གཉིས་ཀྱི་འཕམ་གང་ཅུང་རེ་ཁ་ཕྱེས་ནས་འཛོག་དགོས། ཆ་གསུར་ཕུལ་
སྤངས་ནི་བེམ་པོ་བྱིས་དུ་ཡོད་དུས་ཆ་གསུར་བྱིས་ཆང་གི་ནང་དུ་འཛོག་པ་དང་སྐར་མ་སྟེ་བེམ་པོ་སྐྱར་
འཁྱེར་བ་དང་མཉམ་དུ་སྐྱར་འཁྱེར་དགོས། རྒྱ་མཚན་ནི་ཐོན་གྱི་བཤད་རྒྱུན་ལྟར་ན་བེམ་པོ་སྐྱར་མ་སོང་
ཐོན་ལ་ནུམ་ཤེས་ཀྱང་སྐྱར་སོང་མེད་པས་ཆ་གསུར་འཛོག་སྤངས་ཀྱི་ནུམ་པའང་དེ་ལྟར་དུ་འབྱུང་ངོ་།

གཉིས་པ། ཨ་མཚན་གདན་འདྲན་སྤངས།

གཤེན་པོ་དེ་རྟེན་གྱི་པའི་ཡལ་ཡུལ་ཡིན་ན་རང་རྟེན་ཨ་མཚན་གྱི་གསལ་སྤྱི་མི་འདུག་པར་ཆོ་བ་གཅིག་
པའི་ནང་དུ་གྲུ་བ་དུ་ཡོད་ཆང་མ་གདན་འདྲན་དགོས་ལ། དེ་མིན་ན་རང་རྟེན་ཀྱང་ཨ་མཚན་གྱི་གསལ་
སྤྱི་འདུག་དགོས། ཨ་མཚན་གདན་གདན་མིན་ལ་གཤེན་པོ་རང་རྟེན་མ་འདས་ཐོན་དུ་ཁ་ཆེམས་གྱི་རྩལ་གྱིས་
བཞག་ནའང་ཆོག གལ་ཏེ་ཆོ་བའི་ནང་དུ་གྲུ་བ་མེད་ན་སྟེ་བ་གཅིག་པའམ་རང་གི་དགོ་ཆེན། ཡང་ན་
ཐོགས་པོ་གང་ཅུང་རེ་གདན་འདྲན་པའི་སྟེལ་ཡོད། ཨ་མཚན་ཆོས་ཆོག་འགོ་བཟུང་བ་ནས་མཚུགས་སྦྱིལ་
གྱི་བར་དུ་མ་ཁེ་རྒྱུ་དགོས། སྤྱང་གནས་སྤྱི་མ་ཡང་ཨ་མཚན་གྱི་གསལ་སྤྱི་དགོ་སྤྱི་དང་མཚམས་ལ་བཞག་ས་
པ་སོགས་ཡོད་ན་དེ་འདུག་དགོས་ཤིང་། ཨ་མཚན་གྱི་གསལ་སྤྱི་ཆ་རྟེན་དེ་འདྲ་མ་ཆང་བ་ཡིན་ན་དགོན་པའི་
གྲུ་བ་གཞན་པ་ལྷ་དགོས། དགོན་པའི་གྲུ་བ་གདན་འདྲན་པ་དང་བྱིན་སྟེག་གི་རྩལ་སྤྱི་མར། ཡམ་ཤིང་།
(འོམ་བྱ) ཉིལ། རྩ་དུར་བ། འབྲས། འོ་བཟ། རྩ་ཀྱུ་ཤ། ཡུངས་དཀར། སོ་བ། བས་ནག་སྤར་དཀར། སྤྱི་བྱི་
ཡང་ཀྱུ་ཅོལ་དཀར་དམར་སོགས་དང་། སྤུང་འཇམ་ཡངས་པའི་གོས་སྤྱི་གཉིས། མར་གྱི་གཏོར་མ་དུམ་
ལ་གཉིས་བཅས་ཆང་མ་ཨ་མཚན་ཆོས་གྱ་སྤྱི་བྱ་དགོས། དེ་ནས་ཞེ་དགའི་རྟེན་མོ་དེར་ཨ་མཚན་ཡོང་
ནས་སྐྱོན་ལམ་སོགས་འདྲན་པ་དང་ཉ་འདྲན་^① ཞིག་བཞག་ནས་ལོ་གཅིག་སྟེ་གཤེན་རྩུགས་ཆང་བའི་བར་
དུ་བཙོ་ལྷ་གནམ་གང་ཆོས་བརྒྱད་བཅས་ལ་ཨ་མཚན་དེ་ལ་ཉ་ར་བསྐྱུལ་དགོས། གཤེན་རྩུགས་ཀྱི་རྟེན་མོ་

① ཉ་འདྲན་ནི་ཨ་མཚན་དག་ལས་ཕྱིར་ལོའི་ཤི་རྩུགས་བར་ཆེད་དུ་ཙོ་ལྷ་གནམ་གང་ཆོས་བརྒྱད་དུ་སྐྱོན་ལམ་གསུངས་
མཁན་གྱི་གྲུ་བ་ལ་ཟེར།

དེར་ཡང་ཨ་མཚན་ཡོང་ནས་སྒྲོན་ལམ་དང་བཀྲ་ཤིས་བརྟེན་པ་སྟགས་བརྟོན་རྩེས་ཨ་མཚན་གྱི་བྱ་བ་
རྟེན་གས་སོ།

གསུམ་པ། གཤིན་ཆོས་སྐྱབ་སྒྲངས།

མི་སྲུ་ཞིག་ཡིན་ཡང་རང་ཉིད་འཆི་ལ་ཉེ་སྐབས་ཆོ་འདིའི་སྦྱོང་དན་སྤྱི་ལས་ལ་འབྱོར་བ་དང་ཞེན་
ཆགས་ཡོད་ཚད་སྤངས་ནས་རང་དགོན་པའི་སྐྱ་མ་དང་ཡང་ན་དད་མོས་ཆེ་སའི་སྐྱ་མ་འཕྲི་སྐྱ་མ་མགོའི་སྐྱ་
མ་གདན་འདྲེན་བྱས་ནས་འཕྲོ་བ་བྱས་ཏེ། ཆོ་ལས་འདས་རྩེས་གྱི་ཆོ་ག་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། རྟོན་སྤྱི་ལ་ཆོ་ལ་
མཚོན་ན་དགོན་མ་ལག་བརྟུ་གཉིས་ཡོད་པ་ཐམས་ཅད་གདན་འདྲེན་བྱ་དགོས་ལ། ལྷ་བའི་བྲངས་ཀ་ནི་
བྱིམ་ཆང་གི་ཆ་རྒྱུན་ལ་བསྐྱུན་ཏེ་ཁྱུང་མཐའ་ཡང་དགོན་པ་འེ་ནས་ལྷ་བ་གསུམ་འེ་གདན་འདྲེན་བྱ་དགོས།
ཆ་རྒྱུན་མཚོན་ན་དགོན་པ་འེ་ནས་ལྷ་བ་ཡོངས་རྩེས་ལྷ་བ་ཞེན་ཡོད། ལྷ་སྒྲངས་ནི། རང་དགོན་པའི་
སྐྱ་སྐྱ་ཆོ་ག་མ་གསུང་སྤོན་ལ་དགོན་པ་གཞན་གདན་མི་འདྲེན་པའི་སྤོན་ཡོད། རང་དགོན་པའི་སྐྱ་སྐྱ་
གསུངས་པའི་སྐབས་སུ་རྟོན་སྤྱི་སྐྱ་ཆང་གདན་འདྲེན་བྱ་དགོས། དེ་ནས་བྱིམ་ཆང་གི་ཆ་རྒྱུན་དང་དགོན་
པ་སོ་སོའི་ཁོས་ལོངས་ལ་བསྐྱུན་ནས་གདན་འདྲེན་བྱེད་ཆོག སྐྱ་མགོ་སྐྱ་མ་དེའང་སྤོན་ལ་རང་དགོན་
པའི་སྐྱ་མ་གདན་འདྲེན་བྱེད། དེ་ནས་འབྱོར་ན་གཤིན་པོས་དད་མོས་ཆེ་བའི་སྐྱ་མ་གདན་འདྲེན་བྱེད་པ་
དང་། ཡང་ན་སྐྱ་བྲང་སྐྱབས་མགོན་དང་རེ་བ་གོང་སྐྱབས་མགོན་གཉིས་ཀའང་གང་ཅུང་རེ་གདན་འདྲེན་
བྱེད་བཞིན་ཡོད། སྐྱ་མགོའི་སྐྱ་མ་དེར་གདན་དཀར་ཞིག་དང་ལྷ་སྐྱ་མ་འཕྲི་སྐྱ་སྐྱ་མ་གས་དང་བཅས་ཆ་
ཆང་རེ་དབྱུང་དགོས། སྤོན་གྱི་སྐྱ་མ་མཐས་ཆེན་རེ་འགས་རྟོན་སྤྱི་ལ་གྱི་ཆོ་འདས་ཆོར་བསྟོན་ནམས་ལག་
པོ་རེད་ཅེས་གསུངས་རྒྱུན་ཡོད་ལ། རྒྱ་མཚན་ནི་རྟོན་སྤྱི་ལ་ལ་དགོན་པ་བརྟུ་གཉིས་ཡོད་པ་དེ་རེ་རེར་
རྒྱུད་སྤོན་མི་འདྲ་བ་རེ་ཡོད་པས་ཡིན་ནོ། གང་དག་ཡིན་ཞེ་ན། ཉིད་གྱི་དགོན་པ་སྤྱི་གདོང་སྤོན་དགོན་ནི་
གོང་ཆོག་ཏུ་མེད་ན་ན་གཙོ་བོ་གྱི་དོར་དང་། དེ་བཞིན་དུ་རྟོན་སྤྱི་ལ་ཆང་ནི་རྒྱུན་འཇུག་ལྷང་ཤར་དགོན་
པ་གསང་འདུས། སྤོན་ལྷང་སྤོན་སྤོན་ལྷང་དོར། དེས་རི་སྤོན་སྤོན་མི་འཇུག་པ། ཅི་རྒྱུད་དགོན་པ་གཙོ་དང་། མདོ་
ཅེས་ཀྱི་རིག་དོར་སྤོན་གསང་འདུས། གཏེར་ཁ་ལྷང་སྤོན་ཀྱི་རིག་ཉ་མོའི་སྤོན་ནམ་སྤོན་མདོན་
བྱང་། དམག་དཔོན་སྤོན་སྤོན་མི་དུས་འཁོར་བཅས་གསུང་བཞིན་ཡོད་པས་གསུངས་རྒྱུན་དེ་ལྟར་དུ་གནང་
དོ།།

བཞི་བ། སྐར་མ་བྱེད་སྒྲངས།

གཤིན་ཅིས་བྱེད་མཁན་ཞིག་གི་མདུན་དུ་སོང་ནས་གཤིན་པོའི་སྐྱེ་འགག་གི་ཉི་མ་དང་དུས་ཚོད་གསལ་
 པོར་བཤད་ནས་གཤིན་སྐར་གཏན་འཁེལ་བྱ་དགོས། བེམ་པོ་མ་སྐྱེལ་བའི་ཟུར་དགྲའ་དེར་གཉེ་རང་དང་
 ཚོ་བའི་མ། ཟླ་མེ་ཚོ་བྱིམ་ཚང་དེར་འཚོགས་ནས་ཐོ་འགོད་བས་བྲིས་པའི་གཤིན་ཚོས་སྐྱབ་པར་གཞན་གྱིས་
 འཁྱེར་ཡོང་བའི་ཤ་མར་རྩམ་གསུམ་དང་བྱེ་སྐྱུམ་ཇ་བག་ལ་སོགས་ཀྱིས་མཚན་པའི་དངོས་པོ་དང་སྐར་མ་
 སོགས་མེད་མིང་དང་བཅས་པ་རེ་རེ་བཞིན་གཤིན་པོའི་མགམ་དུ་འདོན་དགོས། བེམ་པོ་དུར་ཁྲོད་དུ་བྱེར་
 སྒྲངས་ནི་འདོགས་ཤིང་གི་སྤྱིང་ལ་གདན་དཀར་ཞིག་གཉིས་སྟེབ་བྱས་ཏེ་བཀྲིངས་པ་དང་། གོས་ལ་ཞིག་
 དང་སྐྱག་ལ་ཞིག་གིས་བེམ་པོ་བཏུམས་ནས་དེའི་སྤྱིང་དུ་གོས་དམར་པོའི་སྐར་མ་གསལ་ཤིག་མགོ་ནས་རྒྱུ་བ་
 བར་རིང་འཕེན་བྱ་དགོས། བེམ་པོ་སྐྱེལ་མཁན་ཚོས་བྱིམ་ཚང་དེའི་སྐྱོ་ཁ་དང་ཟླ་དཀྱིལ་ཟླ་མཐའ་བཅས་
 ལུ་མ་ཉི་དབྱངས་སུ་གྱུར་ནས་སྐྱེལ་མ་བྱེད་པ་དང་། སྐྱེས་པ་ཚོ་གདུང་མཐར་སོང་ནས་གདུགས་དཀར་
 ཚར་གསུམ་དང་སྐྱུར་མཚང་མ་སོགས་འདོན་དགོས། སྐར་མ་བྱེད་སྒྲངས་ཀྱང་འབྱུང་བ་བཞིའི་སྐོར་སྐྱེ་བྱ་
 སྤུལ་ཡོད་དེ། ས་དུར་དང་རྩ་དུར། མེ་དུར། བྱ་གཡེང་བཅས་བཞི་ཡོད། སྐོར་སྐྱེར་ན་སྐོར་མ་དཔོན་ཆེན་ཡིན་
 ན་གདུང་ཡོད་སར་ཤིང་གི་ཁང་བཟང་ནང་དུ་བྱེར་ནས་བྱིན་སྟེག་བྱ་རྩུ་ལས་མི་སྐྱེ་སལ་བ་ཡིན་ན་བྱ་གཡེང་
 བ་ལས་བྱིན་སྟེག་བྱ་མཁན་ཏ་ཅང་ཉུང་མོད། ད་ལྟ་སེར་སྐྱ་གང་ཡིན་ཡང་པལ་ཆེ་བས་བྱིན་སྟེག་བྱེད་
 ཀྱིན་ཡོད།(སྐོར་ཆེན་དཔོན་ཆེན་ཚོར་ད་ལྟ་འདྲ་ཁང་བཟང་ལས་བཞིན་ཡོད།)སྐར་མ་བྱེད་སྒྲངས་བཞི་པོ་གང་
 ཡིན་ཡང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་དགེ་མཚན་རེ་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། ས་དུར་གྱི་དགེ་མཚན་ནི་ས་འོག་ན་
 གནས་པའི་འཕུ་སྐྱན་རྩམས་ལ་རང་ཉིད་ཀྱིས་མི་ཚོ་འདིའི་ཆེས་མཐའ་མཐུག་རང་གི་ལུས་ལུང་བྱིན་པ་
 བཏང་བ་ཡིན་ལ། དེ་བཞིན་དུ་རྩུར་འདྲེན་པས་ཉ་རིགས་རྩམས་ལ་བྱིན་པ་གཏོང་བ་དང་། མེ་དུར་གྱིས་
 བགེས་སྐོར་གྱི་སྐྱག་བསྐལ་མྱོང་བའི་ཡི་དྲགས་དྲི་ཟེའི་རིགས་ལ་བྱིན་པ་གཏོང་བ་དང་། བྱ་གཡེང་གིས་བྱ་
 རྩམས་ལ་བྱིན་པ་བཏང་བ་སོགས་ཀྱིས་ཆོ་གཤིན་པོའི་སྐྱེ་བ་བྱེ་མ་མཐོ་རིས་སུ་སྐྱེ་བར་རྟེན་འབྲེལ་འབྲིག་
 པར་བཤད་རྩུལ་ཡོད།

ཟླ་བ། འདུན་བྱེད་སྒྲངས།

བྱིམ་དེའི་ཁྱོ་ཤུག་གང་རུང་འདས་པ་ཡིན་ན་གཤིན་ཚོགས་མ་ཚང་བའི་བར་དུ་ཟླ་བའི་མ་ཉི་ཁང་དང་

དགོན་པའི་འདུ་ཁང་ལ་ཕྱག་སྐོར་བྱེད་པ་ལས་ནང་དུ་མི་འགོ། གཞན་གྱི་བྱིས་པ་ཡང་ལག་དུ་མི་ལེན། ལྷ་
 མཚན་ནི་མི་དེར་གྲིབ་པོག་ཡོད་པས་ཡིན་ནོ། །འདུན་མ་ཚང་བར་དུ་མི་དེས་སྐར་རགས་ཀྱི་སྤྱོད་དུ་སྒྲོང་
 འཛིང་དགོས་ལ། བྱ་དང་ཚ་བོ་གཉི་རང་དང་བཅས་པས་སྐར་རགས་སྤྱེ་མོ་མི་དབྱངས་པར་བཅངས་པ་
 ཡིན། ལོ་གཅིག་ལ་བྱིས་མི་དང་གཉེན་ཉེ་སོགས་ཀྱིས་སྤྱ་དང་གར་སྤང་བ་དང་ཉུང་མོ་སོགས་མི་མང་པོ་
 ཚོགས་སར་མི་འགོ། དེ་ནས་གཤིན་ཚོགས་ཀྱི་ཉིན་མོར་ཨ་མཚན་ཡོང་ནས་བཀུ་ཤིས་བཞེགས་པ་སོགས་
 གསུང་བ་དང་ཐེ་མི་ལ་གཤིན་རྩ་བསྐོལ་རྩེས་བྱིས་ཚང་དེའི་འདུན་གྱི་ཉིན་མོ་ཚང་བ་ཡིན་ནོ། །

མཚུག་གཏམ།

ལྷུང་བོད་ཁ་བ་གངས་ཅན་སྤྱོདས་འདི་ནི་རིག་གནས་གཙུགས་སུ་འཛིན་པའི་མི་རིགས་ཤིག་ཡིན་ལ།
 མི་ཞིག་སྐྱེ་བ་ནས་བཟུང་སྐ་བ་དང་ན་བ་འཆི་བ་སོགས་ཀྱི་བདེ་སྐྱུག་ཐམས་ཅད་གཞུང་ལུགས་ལ་བསྟན་
 བཞིན་ཡོད་པས། སྤན་གྱིས་ཀྱང་འདི་ནས་སྟག་བསམ་ནམ་དག་གིས་པ་ཡུལ་སྟོགས་ལ་ཁལ་བྱ་བྱང་ཟད་
 ཅིག་ལྷང་དང་རིག་པ་སྟོལ་རྒྱན་སོགས་ལ་བསྟན་ནས། འདས་མཚན་སྐུབ་སྤངས་ཀྱི་སྐོར་ནས་བདག་གི་
 རིག་པ་དང་ནུས་པའི་སྒོ་ནས་ཐུང་ཟད་བྱིས་པ་འདིས་ཀྱང་རྩི་སྤུལ་གྱི་གཞན་སྐྱེས་རྒྱུས་ཀྱིས་འདིའི་
 རིགས་ཤིས་པ་དང་། འདས་མཚན་སྐུབ་སྤངས་འབྱས་ཚང་སྟོགས་ལ་ཕན་པར་སྒོན། འདི་ནས་བཀུ་འདྲིན་
 ལྷ་སའི་མི་ཁ་ཤས་ཡོད་པ་དག་ནི་བདག་གི་དགེ་ཆན་སྒོ་བཟང་བསྐོད་ནམས་མཚོག་དང་། ཚོས་སྟོགས་སྒོ་
 བཟང་བསྟན་པ། འཇམ་དབྱངས་མཁས་གྲུབ་བཟང་པོ་བཅས་གསུམ་དང་ཁྱད་པར་དུ་འོག་གི་བཅར་འདྲི་
 ལྷ་ཡུལ་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱི་དུས་ཚོད་དང་དཀའ་ཚོགས་ལ་མ་འཛོམ་པར་ཅི་ཐོས་ཅི་ཤིས་ཐམས་ཅད་ཁྱེད་
 ཅག་གིས་སྤན་ལ་ཡིག་ཆའི་རྩལ་དུ་གནང་བ་ལ་ཐུགས་རྩེ་ལན་བརྒྱར་བྱ། འོན་ཏེ། ཁྱེད་ཅག་གི་བཤད་པ་
 རི་བཞིན་སྤན་གྱི་ཡོན་ཏན་འདིས་འབྲི་མི་སྐབ་པ་དབྱུང་མི་དགོས་པར་མངོན་སུམ་ཡིན་པས། འབྲེལ་མེད་
 དང་ལོག་བཤད་བྱས་ཡོད་པ་དག་ཁྱེད་ཅག་ལ་དགོངས་དག་ལྷ་བ་དང་ཆབས་གཅིག་དུ་སྒྲིག་པ་པོ་རྒྱམས་
 ལའང་དགོངས་དག་ལྷ་བ་ལགས།

བཅར་འདྲི་བྱེད་པ། དམག་དཔོན་རྩི་མེ། ཉིན་པ་འོད་ཟེར། མཛོད་གེ་བརྟན་པ།

② སྐར་རགས་དང་འདུ་པའི་རས་དཀར་བོ་དང་སྒོ་ཁ་ཞིག་ལ་ཟེར།

ཐེ་བོ་བག་པའི་ཡུལ་གྱི་འདས་མཆོད་བྱེད་སྐྱབས་རགས་ཙམ་སློང་བ།

འཇམ་དབྱངས་ཉི་མ། ། ཐེ་བོ།

སློང་གཞི།

འདིར་བརྗོད་དོན་ས་བཅད་བདུན་གྱི་ནང་དུ་འདུ་ལ། ས་བཅད་དེ་དག་གི་ནང་དུ་ཐེ་བོ་ས་ཆའི་བག་
པའི་ཚུགས་གྱི་གྲ་ཤོང་ཆུན་གཞིན་དག་གི་འདས་མཆོད་སྐྱབས་སྐྱབས་སྐོར་རགས་ཙམ་བརྗོད་ཡོད། སྐྱིར་མི་
རིགས་གང་དང་གང་ཡིན་ཡང་རང་རང་གི་འདས་མཆོད་སྐྱབས་སྐྱབས་མི་འདྲ་བ་ཡོད་མོད། འདིར་འདས་
མཆོད་སྐྱབས་སྐྱབས་རགས་ཙམ་སློང་བར་བྱ་བ་ནི། མདོ་སྐད་ཐེ་བོར་སྒྲོད་སྐད་བར་གསུམ་དུ་ཡོད་པའི་ནང་
གི་ཐེ་བོ་བར་མའི་འདས་མཆོད་སྐྱབས་སྐྱབས་ཅུང་ཟད་བཤད་པར་བྱོལ།

དང་པོ། འདས་མཆོད་བྱེད་སྐྱབས།

ནད་པ་དང་ལོ་ལོན་སྐྱ་ཞིག་ཆོ་ལས་འདས་ཆོ་ཐོག་མར་ངན་འགྱུར་གནས་སྐྱ་མི་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་མ་ཆི་
དང་རིན་ཆེན་གཞུག་གཏོར་ཙན་གྱི་མཆོན་སོགས་བརྗོད་དགོས་པ་དང་མ་ཆི་རིལ་བྱ་སོགས་ཁ་ནང་དུ་
འཇོག་པའི་གོམས་སྒྲུབ་ཡོད། མི་ཞིག་ཆོ་ལས་འདས་ཆོ་བྱིས་ཆང་དའི་ཤ་ཉེ་རིང་ཆང་མ་ལ་བརྟེན་གཏོང་ལ།
བརྟེན་འབྱུར་མ་ཐག་ཤ་ཉེ་རིང་ཆང་མས་མར་དང་རྩམ་བ། ཡང་ན་ཇ་སོགས་བྱུར་ནས་བྱིས་ཆང་དེར་འགྲོ་
སྒྲུབ་ཡོད། གཤེན་པོ་ཆོ་ལས་འདས་མ་ཐག་ཆོ་བའི་ནང་གི་མི་ཞིག་རང་གི་དགོན་པར་སོང་ནས་གྲ་བ་གཅིག་
དང་ཡང་ན་གཉིས་གསུམ་རེ་གང་ན་འབྲེན་བྱ་དགོས། དགོ་འདུན་ན་མས་མེབས་ནས་གསུངས་ཐུགས་དང་
མཆོན་སྐྱ་ཆོགས་བརྗོད། མི་ཞིག་ཆོ་ལས་འདས་ཆོ་ངེས་པར་དུ་དུས་ཆོད་ལ་བརྟེན་བྱ་ཤིན་ཏུ་གཤམ་ཆེན་ཞིག་
དུ་བཞུ། ཁ་དབེར། ས་མ་ངན་པས་བྱ་ཐུག་གི་སྐྱེས་སྐྱར་མི་ཤིས། བྱ་ཐུག་ངན་པས་ས་མའི་འདས་སྐྱར་མི་
ཤིས་ཞེས་པ་སྐྱར་དུས་ཆོད་ངེས་ཅན་དུ་ཤིས་དགོས། མ་ཤིས་ན་གཤེན་ཅིས་གསལ་བོ་ཞིག་བྱེད་མི་བྱུ།
འཇམ་པོ་ཉེན་གསུམ་ལ་མི་རིག་པར་རང་གི་བྱིས་དུ་འཇོག་དགོས། བཤད་སྟོང་སྐྱར་དབྱགས་ཆང་མ་ཐག་
དུ་ཐུས་ཐུང་ལ་རིག་ན་གཤེན་པོར་གཞོད་པ་ལས་ཕན་པ་གཅིག་ཀྱང་མེད། རྒྱ་མཆོན་ནི་བྱེད་དབྱགས་ཆང་
ནས་ནང་དབྱགས་མ་ཆང་པའི་ཐོན་དུ་འཇམ་པོར་རིག་པ་དང་གནས་སྐྱར་བ་སོགས་བྱས་ན་གཞོད་པ་ཤིན་

དུ་ཆེ་བའི་བཤད་སྒྲོལ་ཡོད། དཔུགས་ཆད་མ་ཐག་སྤྱི་གཙུག་གི་སྐྱ་ཉག་འགའ་འབལ་དགོས་པའི་སྒྲོལ་ཡོད། རྒྱ་མཚན་ཅ་དཔུ་མ་སྤྱི་གཙུག་དུ་ཡོད་པས་ཆེ་འདས་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་འཕྲོ་སའི་སྒྲོལ་ཡོད། དེ་བས་སྤྱི་གཙུག་གི་སྐྱ་འབལ་བ་ནི་རྣམ་ཤེས་ལ་སྒྲོ་བྱས་པ་དང་མཚུངས་ཤིང་ཆེ་འདས་ལ་ཏ་ཅང་ཕན་པར་བཤད་སྒྲོལ་ཡོད། ཆེ་ལས་འདས་མ་ཐག་དུ་བཅའ་པོ་ངེས་པར་དུ་འགོ་བས་དགོས། དེ་ཡང་གཏམ་དཔེ་ལ། ཤི་བའི་ཆེ་ན་ངོ་སྤྲོད་དགོས། གསོན་པའི་ཆེ་ན་འོག་སྤྲོད་དགོས་ཞེས་པ་ལྟར། གལ་ཏེ་ངོ་མ་སྤྲོད་ན་བྱིས་པའམ་ཡང་ན་མི་ཉམ་ཆུང་དག་སྤྱོད་འགོ་བའི་རྒྱ་མཚན་བྱིས་རེད། ཉིན་གསུམ་དུ་བཞག་རྗེས་ཆེད་དུ་བཅའ་པོར་བདག་བྱེད་མཐན་དང་སྤྱོད་མཐན་ལ་མི་གཉིས་ཡོད། དེ་གཉིས་ཀྱི་མིང་ལ་རོ་སྤྱོད་ཟེར། དེ་གཉིས་བྱིས་གཤིན་པོའི་ཕྱོད་པ་སོགས་ལུང་ནས་བཅའ་པོའི་རྒྱ་ལུང་དང་སྤྱོད་རྒྱ། མཐུབ་དགྲིས་སོགས་རྒྱན་ཆ་དག་ངེས་པར་དུ་ལེན་དགོས། རྒྱ་མཚན་ལུས་ལ་གསེར་དུལ་ཟངས་ལྷགས་སོགས་ཡོད་ན་འཕྲོ་བ་མི་ཐོབ་ཅེས་བཤད་སྒྲོལ་ཡོད། གཞན་གཤིས་ངོ་ན་ཁ་དང་སྤྲོད་ལུག་སོགས་མར་བྱིས་བསུབ་པ་དང་བཅའ་པོ་རས་དཀར་པོས་བཏུམས་ནས་བལ་སྐྱད་སོགས་བྱིས་བསུབ་དགོས། བཅའ་པོ་སྤྲོད་རྒྱུ་ནི་ལག་པ་གཉིས་ཀ་སྤྲོད་ཁར་བཞག་ནས་རོ་རྗེ་རྒྱ་སྤྲོད་ཀྱི་རྒྱལ་དུ་འཛོག་རབ་ཡིན་ན་བཅའ་པོ་གཙང་མར་བུལ་ནས་བཞག་ན་ལེགས་པར་བཤད། ཆེ་འདས་པོ་ཞིག་ཡིན་ན་བྱིས་ཆེན་བྱི་ཡ་ཟུར་དུ་འཛོག་དགོས་པ་དང་མི་ཞིག་ཡིན་ཆེ་བྱིས་བྱི་མ་ཟུར་དུ་འཛོག་པའི་གོམས་སྒྲོལ་ཡོད། པོ་མོ་གཉིས་བྱི་བཅའ་པོ་འཛོག་ས་མི་འདྲ་ཡང་འཛོག་སའི་བཟོ་སྐྲངས་ལ་བྱུང་པར་མེད། བཅའ་པོ་འཛོག་ས་བཟོ་སྐྲངས་ནི། གཡུལ་ཁ་^① ལས་ལོ་འཛོན་^② གླམ་པོ་གཉིས་བྱིར་ནས་བྱིས་བྱི་ཀ་བའི་གཡུལ་གཡོན་དུ་བཙུགས་ཏེ་མཐའ་ལ་བལ་སྐྱད་ཅིག་འཐེན་ཞིང་ཕྱོགས་གཉིས་ནས་བཏགས། བཅའ་པོ་དྲང་པོར་བཞག་སྤྱོད་མཐའ་ལས་རས་དཀར་པོས་གཡོགས་ཏེ་མི་མཐོང་བར་བྱ་དགོས་ཤིང་། བཅའ་པོའི་སྤྲོད་དུ་མ་ཉི་དཔར་མ་ཡོད་པའི་རས་དཀར་པོ་འཐེན་དགོས། མ་ཉི་ནི་གཤིན་པོའི་ཉི་རིང་དང་བྱ་སྤྲོད་སོགས་བྱིས་བྱིར་ཡོང་བ་ལས་མ་འདས་སོ། བཅའ་པོ་འཛོག་སའི་ཟུར་དུ་ཆོས་ཐར་བ་ཆེན་པོ་དང་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་གཉིས་ཁ་བྱས་ནས་འཛོག་སྒྲོལ་ཡོད། ས་ཡུལ་གྱི་གཏམ་དཔེ་ལྟར། ཐར་བ་ཆེན་པོའི་ཐར་ལམ་བསྐྱར།

① གཡུལ་ཁ་ནི་ལོ་རྟོག་བརྒྱུད་ནས་འབྲུ་རིག་ལེན་སའི་མིང་།

② གཡུལ་ཁར་ལོ་རྟོག་འཐེན་སའི་ཤིང་ཞིག་གི་མིང་།

ལམ་རིམ་ཆེན་པོས་ལམ་སྐྱ་དྲངས་ཞེས་པའི་བཤད་སྲོལ་ཡོད། དེ་ལ་མཆོད་མེ་རྒྱན་མ་ཆད་པར་བསྟོན་
དགོས། མཆོད་མེ་དེ་ཆོས་ཐར་ཆེན་དང་ལམ་རིམ་ལ་མཆོད་པ་བྱས་པ་ཡིན་ལ། བཤད་སྲོལ་གཞན་ཞིག་ལ་
མཆོད་མེ་གཤིན་པོ་ལ་བསྟོན་པ་ཡིན་ཞེས་ཀྱང་བེད། དཔེར་ན། ང་ཚོ་ལྷན་ནག་ཏུ་འགྲོ་དགོས་ཆོ་དེས་པར་
དུ་མཐོ་བ་ནི་དཀར་ལམ་ལམ་དུ་འཛོམ་པའི་འོད་ཅིག་ཡིན་པ་སྐར་གཤིན་པོ་ལྷན་ནག་ཏུ་འགྲོ་མཆོད་མེས་
ཁོ་ལ་ལམ་སྐྱ་འདྲེན་པ་ཡིན་ཚུལ་གྱི་བཤད་སྲོལ་ཡོད། ཡང་བཅའ་པོའི་བུར་དུ་དཀར་པོ་ལ་ནང་དུ་བས་འཛོག་
ལ། དེ་ཤི་པོའི་བས་སྐལ་ཡིན་པས་སོ། ཉིན་དེ་དག་ལ་ལྷེ་མི་དང་གཉེན་ཉེ་ཆང་མས་རྟགས་རམ་བྱེད་དུ་
འོང།

གཉིས་པ། གཤིན་ཆོས་སྐབ་སྤངས།

༡. གཤིན་ཆོས་སྐབ་སྤངས།

ཉིན་རེར་ཆོ་གསུར་རྒྱན་མ་ཆད་པར་ལུང་བ་དང་། གཉེན་ཉེ་དང་ལྷེ་མི་དག་གིས་མ་ཁེ་འདོན་བ་དང་
མཚམས་ལན་རེར་མ་ཁེ་དབྱིངས་སུ་གྱུར་ནས་འདོན། རྩོམ་གཞི་དང་པོས་མཐའ་གྱི་ཤོང་བ་དག་གིས་
རྩོམ་གཞི་དག་སྤངས་ལ། ཉིན་ལ་ཤས་ལ་བྱིས་དེར་འདུས་པའི་མིའི་དཀར་ཟས་ལས་དམར་ཟས་མི་བཟ་ལ་དུང་
ཆང་སོགས་འོངས་སུ་མི་སྟོང་དོ། གཤིན་པོ་ཆང་གི་ཨ་མཆོད་དེ་ཉིན་རེ་བཞིན་སྟོ་སྟོ་གཙོ་བྱས་ནས་སྟོན་
ལམ་དང་ཀྱན་རིག་གི་ཆོག་ལམ་རིམ་སོགས་ཀྱང་གསུངས། གཤིན་པོའི་བྱ་ལྷག་ཆོས་སྐབ་མ་དང་གྲ་ཆང་
གདན་འདྲེན་ལྟ་ལ། སྐམ་བསྟོར་ཉེན་འཛོག་པ་དང་དགོན་པ་གྲ་ཆང་ལ་ཡང་མང་པོ་སྟོལ་རྒྱུའི་སོམས་སྟོལ་
ཆགས་ཀྱིན་འདུག དགོན་པས་ངན་སོང་སྟོང་རྒྱལ་ཀྱན་རིག་གཙོ་བྱས་སྟོན་ལམ་དང་ལམ་རིམ་སྟོན་ལམ།
ཐུགས་རིམ་སྟོན་ལམ། པར་དོའི་ཕྱིང་གོལ་སོགས་གསུང་རྒྱ་དང་། གཤིན་པོར་བྱ་ལྷག་མེད་ན་རང་གི་བྱིས་
ཆང་གཙོ་བྱས་ནས་གཉེན་ཉེ་དུ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྐམ་གྲ་ཆང་གདན་འདྲེན་བྱེད་དོ། གཤིན་ཆོས་ཀྱི་རང་
དུ་རིམ་གྲོ་ཡོད་ཆོ་ཨ་མཆོད་དྲངས་ཉེ་འབྲལ་བེ་བྱེད། གཉེན་དག་གཤིན་པོ་ཆང་ལ་ཡོང་སྐབས་ཤ་དང་གོ་
ཟེ། ཆང་། འབྲས། མ་ཁེ་དཔར་མ། སེལ་དམར་སོགས་ཁྱེར་ནས་འོང་ལ། ཐུག་པ་སྟོལ་བྱེད་ཀྱི་ཡོ་བྱང་ཀྱང་
འབྱེར་དགོས། ཐུག་པ་དེ་ནི་འབྲས་དང་སེལ་དམར་གྱིས་བསྟོལ་བ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། མ་ཁེ་འདོན་མཐའ་གྱི་
མི་དག་ལ་ཆེད་དུ་སྟོལ་པའི་བཟ་ཡིན། བྱ་ལྷག་དག་གིས་གཤིན་པོ་ལ་བྱ་ལྷག་གསུམ་འཆལ་ཉེ། དེ་ནི་རང་གི་
པ་མར་རྒྱན་གཙོ་བའི་ཚུལ་དུ་ཡིན་པའང་བཤད་དོ། གཤིན་པོ་ལ་ཉིན་བཞིན་གཤིན་ཆོས་གང་ལེགས་བྱེད་

པ་དང་། སྐྱམ་གྱ་ཚང་འདན་འདེན་བྱས་ཏེ་ཕྱི་དྲོ་སྐྱམ་དང་དགེ་འདུན་པའི་མདུན་ནས་བཟོ་བ་སྒྲིན་ལས་
ལྷ་ཞིང་། གཤིན་པོ་ཁྱིམ་ཚང་འདྲིའི་དྲིན་ཆེན་ཡིན་ཚུལ་དང་ཕན་ཐོགས་སྤངས་ཚང་མ་སྒྲན་ལྷ་འབྲུལ། ཆོ་
འདས་ལ་བར་དོའི་ཁམས་ནས་འཛིགས་སྒྲག་མེད་པ་དང་དཔྱལ་བའི་ཁམས་ན་སྒྲུག་བཟུལ་མེད་པ། ཆོ་
ཐུན་ནམས་ལ་བར་ཆད་མེད་པ་དང་བྱ་བ་ལས་འགོ་ཡོང་བའི་བཟོ་སྒྲིན་སྒྲ་ཚོགས་ལྷ་བའི་གོམས་སྒོལ་བཟང་
བོ་ཡོད།

༡. གཤིན་ཆོས་སྒྲུབ་ཆེས་ཀྱི་བྱ་རིམ།

ལེས་པོ་དུར་སར་འཁྱེར་བའི་ལྷར་དགྲུང་མགོན་པོ་དང་གཉེན་ཉེ་དུ་ཚང་མ་ཁྱིམ་ཚང་དེར་འཚོགས་
ནས་མིང་པ་ཆགས་པའི་གཏམ་དཔེ་དང་གཏམ་མོ་ཆེ་སོགས་བཤད། གཤིན་པོ་དེས་སྒྲིན་ཆེད་ཁྱིམ་ཚང་གི་
ཆེད་དུ་སྒྲུག་སྤོང་བ་དང་ཕན་ཐོགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱང་བཤད་ལ། བྱ་སྒྲུག་དག་གིས་གཤིན་ཆོས་ཇི་ལྟར་
བྱས་པའང་གསལ་བཤད་བྱེད། མགོན་པོ་ནམས་ལ་བཀའ་དྲིན་ལྷ་བ་དང་། མི་གཅིག་གིས་མགོན་པོ་ཡོངས་
ཀྱི་ཆབ་བྱས་ཏེ་གཤིན་ཆོས་རྒྱ་ཆེན་པོ་བསྒྲུབས་པ་ལ་ང་ཚོ་དགའ་བཞིན་ཡོད་པ་དང་མགོན་པོ་སྤེ་ལེན་བྱེད་
ཚུལ་ཡག་པས་དཀའ་དྲིན་ལྷ། ཡང་ཁྱིམ་ཚང་དེས་གཤིན་ཆོས་རྒྱ་ཆེན་པོ་མ་སྒྲུབ་ཆོ་བྱར་ཟེའི་གཏམ་སྒྲ་
ཆོགས་བཤད་སྒོལ་ཡོད་དོ།

གསུམ་པ། ལེས་པོ་དུར་ཁྲོད་ལ་སྒྲེལ་ཚུལ་དང་ཡོ་བྱེད་སྐོར།

ལེས་པོ་འཛོག་པའི་དུས་ལུན་གཤིན་ཅིས་ནང་ལྟར་ཡིན་ལ་པལ་ཆེར་ཉེན་བདུན་དང་ཡང་ན་བརྒྱད་
དགུའི་བར་ཡིན། ལེས་པོ་མ་བསྐྱལ་བའི་ལྷར་ཉེན་ལ་གྱ་སྒྲིག་བྱ་རྒྱ་སྒྲ་ཆོགས་ཡོད། ས་ཆ་སོ་སོ་ལ་དུར་
མཚན་བྱེད་སྤངས་འགའ་ཡོད་ཡོད། ང་ཚོའི་ས་ཆ་ལ་མཚན་ན་གཙོ་བོ་ཉེ་དུར་བྱེད། ལེས་པོ་སྒྲིག་སྒྲུང་གྱི་
བྱད་ཤིང་གཙོ་བོ་མ་ནས་ལ་མི་དག་ཡོད་ཅིང་ཁོ་ཚོའི་མིང་ལ་ནགས་བབས་ཟེར། ནགས་བབས་དག་ཤིང་
གཙང་དུ་མ་སོང་བའི་སྒྲོན་ལ་ཁྱིམ་ཚང་རེ་རེའི་སྤྱོད་ཁར་ཐལ་ར་འཐེན། ཐལ་ར་འཐེན་དགོས་དོན་ནི། ནགས་
ལ་སོང་བའི་མི་དེ་དག་ལ་གཤིན་པོས་གཙོ་བོ་ཉེ་དུར་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པར་བཤད། གཤིན་པོ་ཚང་གི་
ཁང་བའི་མདུན་དུ་རས་དམར་བོའི་སྤྲེང་དུ་སྒྲ་རེའམ་མཚན་ཆས་མནན་ནས་འཛོག་ལ། དེ་ཡང་ནགས་
བབས་དག་ལ་རྒྱུན་པར་བར་ཆད་མི་འབྱུང་བའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པར་བཤད། ནགས་བབས་དག་ལས་ལོ་ན་
ཆེ་ཤིས་དེས་ལག་དྲུ་ནས་སྤར་གང་ཁྱེར་ནས་ལམ་སྒྲ་འབྲིང་ཅིང་ལོ་རྒྱུང་བ་དག་གིས་སྤོ་ལ་ཁྱེར་ནས་འགོ།

ཆོད་དུ་ནགས་བབས་དག་འགྲོ་མའི་ནགས་ཀྱང་ཡོད་ལ། ནགས་དེར་ཐོན་རྗེས་ཤིང་སྐམ་ལ་འཕད་ན་ཐང་
ཀར་གཙོང་མི་རུང་ཞིང་གཤིན་པོ་གྲ་བ་མིན་ན་ཤུག་པ་དང་གསོམ་པ་གནིས་གཙོང་མི་ཚོག་ སྤང་བོ་
གཏན་ཁེལ་བྱས་ནས་མ་བཅད་གོང་ཆན་པ་ཞིག་གིས་གཤིན་པོའི་མིང་བརྟེན་ཞོར་ནས་སྤར་གང་སྤོང་བྱར་
དུ་གཏོར་ཏེ་འདི་ནི་ཁྱེད་ཀྱིས་སྐྱ་ཤིང་ཡིན། གསོན་པོའི་ལྗ་སྟོ་ཕྱེ། ཤི་བའི་དུད་ཁ་ཚོད་ཅེས་སྟེ། ཤིང་བཅད་
དེ་དུམ་བུ་དགྲུང་གཏོང་དགོས་ལ་ཚུ་བ་ཆན་པ་དང་རིམ་བཞིན་ཆན་གཞོན་ལྟར་ཁྱེད་ནས་དུར་སར་བསྐྱལ་
དགོས། ལྷགས་འབུལ་བྱེད་སྐབས་དམིགས་བསལ་གྱི་གྲ་བ་གནིས་ལོགས་སུ་གདན་འདྲེན་བྱེད་ཅིང་ཕྱི་དོ་
ཅམ་ལ་ཨ་མ་ཚོད་ཀྱིས་ལྷགས་འབུལ་གྱི་རྩིག་གྲ་དང་དུར་སར་ལེབས་ཏེ་ཐིག་སོགས་འབྲི། ནངས་མོར་
གཤིན་ཅིས་སུ་བབས་པ་ལྟར་དུར་ནམ་མ་ལངས་གོང་སར་བསྐྱལ། ནམ་བྱེད་ཅམ་ལ་རོགས་བྱེད་མ་ཐན་
ཚང་མ་འདུས་པ་རེད། ཨ་མ་ཚོད་ཀྱིས་འཛིགས་བྱེད་དཔལ་གཅིག་གསུང་བ་དང་བཀྲ་ཤིས་བརྟེན་པ་
འདོན་པ་དང་གཡང་འབོད་བྱེད། སྤང་བ་ཁ་ཤས་ཀྱིས་བེམ་པོ་ཁྱེད་བྱེད་ལས་དགོས་པ་རེད། ལས་སྤངས་
ནི། གོང་དུ་བཤད་ཟིན་པའི་ཀ་བའི་གཡས་གཡོན་གྱི་ཤིང་དེ་གནིས་ཁྱེད་ཡོང་ནས་ཁྱིམ་ཚང་སྟོ་ཁར་མེ་
བྱས་ནས་ལྷང་མ་སྟོན་པ་མེར་བསྟེགས་ཏེ་བསྐྱམ་དགོས། ཤིང་གནིས་གཡས་གཡོན་ཏུ་བཞག་ཆེ་དྲུལ་
དང་སྟེ་ཕྱི་གསུམ་ལ་ཤིང་བྱང་བྱང་རེར་དགོས་པ་རེད། མིང་ལ་འཕྲོག་བཀྲུག་ཟེར། དུར་ས་ལ་མ་སོང་གོང་
དམིགས་བསལ་གྱི་རྩིག་གནིས་འདུག་ས་ཞིག་བཀོད་སྟོན་བྱས་ནས་ཟ་མ་འགའ་བསྟོལ་ནས་ལྷག་དགོས།
བེམ་པོ་དུར་ས་ལ་མ་བསྐྱལ་གོང་། ཨ་མ་ཚོད་དང་གོང་བ་རེ་གནིས་དུར་སར་སོང་ཆེ་མ་ཚོད་འབུལ་གྱི་རྩིག་
རྒྱམས་བཤམས་ནས་འདུག་ལ། བེམ་པོ་དུར་སར་ཁྱེད་སྐབས་བེམ་པོ་སྟེག་མ་ཐན་ལས་ལོ་ན་རྒྱུད་བའི་
བེམ་པོ་སྟོ་ཁར་ལེན་པ་དང་འཕྲོག་བཀྲུག་སྟེང་འཛིག་དགོས། བེམ་པོ་ཁྱེད་རྗེས་ཤུལ་དུ་རྩམ་པ་འདེབས་
སྟེལ་ཡོད། དེ་ལྟར་བྱེད་དོན་ནི། བེམ་པོ་མི་གཙང་བ་ཞིག་ཡིན་སྐབས་རྩམ་པས་དྲི་དན་དང་མི་གཙང་བ་
སོགས་དག་པའི་ཕྱིར་ཡིན་པར་བཤད། རྩིག་གནིས་ཀས་ཐོང་པ་ལ་རས་དཀར་པོ་རེ་དཀྲུག་ཏེ་བེམ་
པོ་འཁྱེར་བ་དང་། དུར་སར་ཐོན་རྗེས་བེམ་པོ་སྟེག་སའི་སྟེང་བཞག་ནས་མེར་མ་བསྟོན་གོང་ཁྱིམ་ཚང་དེའི་
བཟང་དཔོན་གྱིས་ཟ་མ་དཀར་ཡོལ་གང་གཤིན་པོའི་སྤུས་མགོ་ལ་འཛིག་པ་དང་མགོ་ཐོག་ཏུ་རྩམ་པ་སྤར་
གང་གཏོར་ཏེ་སྤུས་མགོའི་གཏན་སྟེ། གཤིན་པོ་ནད་ཀྱིས་བཏབ་རྩལ་དང་། སྟན་དབྱེད་གཏོ་སོགས་བྱས་
རྩལ། འདྲི་སྦྱང་འཁྱར་ཡོང་རྩལ། གཤིན་ཚོས་རི་རྩར་བྱས་རྩལ། བྱད་མར་འཁྱེར་ཡོང་རྩལ་སོགས་རེ་རེ་

བཞིན་བཤད་ཅིང་དེ་དག་ལ་ཞེན་ཆགས་མ་བྱེད་ཅེས་བཤད་དགོས། དེ་རྗེས་གཤིན་པོའི་མིང་ནས་བོས་ཏེ་
ད་ཁྱོད་ལ་ཏ་གཟུགས་དང་ཐུང་ལ་ལི་ཐོག་ཕྱག་རྒྱ། འདིས་ཁྱོད་ཤི་བོའི་ཡུལ་ལ་ངོ་འཁུར། ཟེ་བའི་གསོན་
པོའི་ཡོང་སྐོར་འབྱེད་ལ། ཤི་བོའི་རྩར་སྒྲོ་ཚད་ལེ་ཞེས་དང་། ད་ཁྱོད་སེམས་དཀར་བོས་ལམ་དཀར་བོ་འཐེན་
ནས། འཛོལ་བ་དལ་འབྱོར་གྱི་མི་ལུས་རེན་པོ་ཆེ་འཛོལ་ནས། མཇལ་བ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པར་མཇལ་
ནས། རྒྱེ་བ་རུབ་ཕྱོགས་བདེ་བ་ཅན་གྱི་ཞིང་ཁམས་ན་རྒྱེ་བའི་སྒོན་ལམ་ཡིན་ཟེར་རྒྱུ་ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྒོན་
ལམ་བྱེད་དོ།

དེའི་ཁྱོད་ཀྱི་ཨ་མཚན་གཅིག་གིས་ཞུགས་འབུལ་གྱི་ཆོག་གསུངས་ལ་ཟུ་བ་གཅིག་གིས་དེ་ལ་མཚན་
གཤེག་བྱས་ནས་རྩལ་རྣམས་དབུལ་དགོས། ཡང་ཟུ་བ་གཅིག་གིས་ཏེ་རིང་དག་གི་འདུན་ནས་མ་ཉི་
བསྐུལ་བ་དང་། ཞུགས་འབུལ་གྱི་རྩལ་གྱི་ཐང་ནས་འོག་ཏུ་ལོགས་སུ་ས་བཅད་བཀར་ཏེ་བཤད་ཡོད་པས་
འདྲིར་མི་སྒྲོའོ། །ཁམ་པོ་མེ་ཐུར་རྩལ་ན་མ་ཡོད་པའི་མི་རེ་རེ་ལ་ཁབ་སྐྱད་པ་བརྒྱས་ཡོད་པ་གཅིག་
ཉེར་ལ། རྒྱ་མཚན་སྒོན་ཆད་དུས་སུ་མི་ཀུན་གོན་པ་ཐེད་པོ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་མི་རེ་རེ་ལ་ཁབ་སྐྱད་
རང་གི་ཡུལ་ལ་ཁྱེར་ནས་ཀྱོན་པ་སོགས་བཅེས་སྟེ་ཨོ་མ་ཉི་བསྐྱེད་ཀྱི་ཞེས་མ་ཉི་འདྲོན་པས། ཆོ་འདས་དེ་ལ་
ཕན་ཞེས་བཤད་སྟོལ་ཞིག་དང་། ཡང་ལ་ལས་རང་དང་ཤ་ཉེ་སོགས་འབྲེལ་བ་ཁབ་སྐྱད་བརྒྱས་པའི་དཔེ་
ཉེར་དུ་ཡིན་པ་ཡང་བཤད་སྟོལ་ཡོད། དུར་ས་ལས་མ་ཉི་བཏོན་ཆར་རྩལ་རོ་སྟེག་དང་ཨ་མཚན་གཉིས་མ་
ཡིན་པའི་སྒྲེས་པ་ཡོད་དོ་ཅོག་གིས་མ་ཉི་དཔར་མ་དར་ཤིང་དུ་འདྲོགས་དགོས། དེ་ནས་ཤ་ཉེ་རིང་དང་
ཨ་མཚན་ནམས་བྱིམ་ཆང་དེར་བྱིར་ལོག་མོད། རོ་སྟེག་གཉིས་བཅུ་པོ་འབར་མ་ཆར་བར་དུ་དུར་སར་འདུག་
དགོས། བྱིར་བྱིམ་ཆང་དེར་འཕྱོ་སྐབས་རྒྱ་དཀར་རྒྱ་ནག་སྐྱགས་སྟོལ་ཡོད། རྒྱ་དཀར་ནི་ཐ་མ་ཟུ་ཆང་
སོགས་ཀྱི་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་ཡོད་པའི་རྒྱ་ཞིག་ཡིན། འདི་སྐྱགས་སྟོལ་ལ་ཁྱད་པར་ཡོད་དེ། རྒྱ་དཀར་ལག་
པ་གཡམས་བས་ཁ་ནང་དུ་འཁོར་ནས་སྐྱག་ལ། རྒྱ་ནག་ནི་ལག་པ་གཡོན་པའི་བྱི་ལག་གིས་སྐྱག་སྟོལ་ཡོད་
པར་བཤད། རྒྱ་དཀར་ནི་མི་གཙང་བ་དང་དྲི་ངན་དག་བྱེད་ཡིན་ལ། རྒྱ་ནག་ནི་རྩལ་ཕྱོགས་ལྷས་ངན་པ་
སོགས་མི་འབྱུང་བའི་ཆེད་ཡིན།

ཐ་བ་ ཞུགས་འབུལ་གྱི་རྩལ་དང་དེའི་ཁྱད་པར་སྐོར།

གཤིན་པོའི་བེམ་པོ་ཞུགས་འབུལ་བྱེད་པའི་ཆོག་ནི་ཞི་བའི་སྒྱིན་སྟེག་གི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་ལ། དེ་ལ་

གང་ཟག་པལ་བ་དང་། སྤྱི་མ་སྤྱིས་བྱ་དམ་པའི་ཞུགས་འབུལ་བྱེད་སྤངས་རྒྱས་དགོས་པ་འདྲ་ན་ཡང་། ཆོ་གའི་ཆོག་མི་འདྲ། རྒྱས་ནི་ཡམ་ཤིང་། མར་ཁྲ། ཉིལ། ཏུར་བ། འབྲས། འཕྲོ་ཞོ་ཟན། ཀྱ་ཤ་ཡོང་དཀར། སོ་བ། ཉན། སྤན་མ། སྤྱོ། བཅས་བྱུང་པར་བའི་རྒྱས་བཅུ་གསུམ་ཡོད། དཀར་གཏོར་དང་ཏ་བ་ལ་གསུམ། གོས་བྱུང་སྤྱོ་གོས་དམར་པོ་དང་སྤོན་པོ་ཅི་འབྱོར། རྒྱས་གདན་རས་དཀར་པོ་བཅས་ཡིན།

དུག་པ། སྤང་ཅས་ལེན་ཚུལ་དང་ཅས་མཆོད་བྱེད་སྤངས།

མགོ་ཅུས་དམིགས་བསལ་གྱིས་ལེན་དགོས་ལ། ལེན་ཚུལ་ལེན་པོ་ཚོས་རྒྱས་མགོ་ཅུས་རང་བཞིན་ཡར་ཐོན་ཡོང་། མགོ་ཅུས་དེ་ཡག་པོར་བསེགས་རྒྱས་རས་དཀར་པོའི་ནང་གཏུམ་ནས་བྱིས་དེར་བྱིར་སྤྱོད་དགོས། ཞིང་ལྷུ་ལ་ཐོན་དུས་ཟུ་ཆོང་གདན་འདྲེན་བྱས་ནས་ཅས་མཆོད་བྱེད་པ་དང་མང་མ་མ་བསྐོས། དེའི་རྒྱས་སྤང་ཅས་བདུངས་ནས་སྤྱོད་དཔར་ལ། སྤྱེ་བ་ལ་ལར་སྤྱོད་དཔར་ས་དང་བཞུགས་ས་ཆེད་དུ་ཡོད་དོ།

བདུན་པ། འདས་མཆོད་བྱེད་སྤངས་ཀྱི་བྱུང་པར།

ཟླ་བ་ཞིག་སྤྱུ་གཤེགས་ན་སྤྱི་མ་ཟླ་ཆོང་ལ་བད་བཏོང་དགོས་ལ། སྤྱི་མ་ཟླ་ཆོང་ཕེབས་རྒྱས་ཐོག་མར་མཆོན་བརྗོད་དེ་སྤོན་ལམ་གསུང་ཞིང་གཏུང་སྤྱོད་ལ་ཚོས་གོས་འགྲེབས། གཏུང་བདག་བྱེད་མཐན་ལ་ཆེད་དུ་ཟླ་བ་གཉིས་ཡོད། སྤོན་ལམ་མ་གསུང་པར་དུ་གཏུང་ལ་མི་རིག་ཅིང་། གཏུང་མ་བཞུས་པར་དུ་བྱ་བ་ཆེ་འབྲིང་རྒྱང་གསུམ་དགོན་པས་འགན་འཁུར། ཟླ་བའི་ཉེ་རིང་ཆོང་མས་མཆོད་མར་དང་རྩམ་པ་བྱིར་དགོས་ཤིང་། སྤྱི་བྱེད་ཟླ་ཆོང་ཕེབས་ཉེ་སྤོན་ལམ་གསུང་། བྱིས་ཆོང་དང་ཉེ་རིང་གིས་ཉིན་ཁ་ཤས་ལ་མང་མ་བསྐོས་བ་དང་སྤྱི་མ་གདན་བྱེད། ཟླ་བའི་གཏུང་བཞུ་སྤྱོད་ཀྱི་ལྷུ་པ་ཡིན་ལ་གཏུང་ཤམ་ཐབས་ཀྱི་བྱུང་དུ་ཏུར་སར་བྱིར་སྤོས་ཡོད། གཏུང་བཞུ་དུས་ཞུགས་འབུལ་གྱི་ཆོ་ག་གསུངས། གཞན་རྒྱང་འཁོར་དོན་ཀྱི་ནི་མགོར་ཀྱིན་དང་གྱི་དབང་དུ་འཆི་བ་དག་པེམ་པོ་བྱིས་དུ་བྱིར་མི་ཡོང་བའི་ལུགས་སྤོས་ཡོད། གཤེན་ཚོས་སྤྱུ་བ་སྤངས་གོང་ནས་བཤད་ཟིན་པའི་ནང་སྤྱར་ཡིན། ལོ་བཅོ་ལྔ་མ་ཡོན་གོང་ཆོ་ལས་འདས་སོང་ན་མི་དུར་མི་བྱེད་ལ། རྒྱ་དང་ས་དུར་གང་ཅང་བྱེད་དོ།

མཐུག་གི་གཏམ།

གོང་དུ་པ་ཡུལ་གྱི་འདས་མཆོད་སྤྱུ་བ་སྤངས་མདོར་སྤྱི་མ་ཤིག་འབྲི་བྱས་བྱས་མོད། བདག་ཉ་ཏུར་མཆོན་ན་དབྱང་སྤོབས་ཀྱི་སྤོ་གོས་དམན་ཞིང་། རིག་གནས་ལ་སྤྱང་བའི་གོས་པ་དང་པོ་སྤོ་མཐན་ཞིག་ཡིན་པའི་

སྐྱེན་གྱིས་མ་དག་ལོག་བཤད་ཇི་སྟེད་ཅིག་མཆིས་པ་སྟོས་མེད་ཡིན་མོད། བཟན་གྱིས་སྟག་བསམ་ནུམ་དག་གིས་པ་ལྟལ་ལ་ཞབས་ཀྱི་ཁྱད་ཅུ་ཞིག་བསྐྱབས་པ་ཡིན་སྟེ་མ་པས། འདིར་ཡང་རང་སྣང་གང་ཤར་གྱིས་བྲིས་པ་ཅི་མེན་ལ། ཟན་པའི་ངག་རྒྱན་དུ་ཡོད་པ་དག་ཡིག་ཐོག་ཏུ་བཀོད་པ་ལས་མ་འདས་སོ། །མ་དག་ལོག་བཤད་དུ་སོང་བ་གཟུར་གནས་མཁས་པའི་སྐྱེན་ལྔར་བཞོད་པར་གསོལ་ལོ།

བཅར་འདྲི་བྱེད་ས། ཀེ་རྟི་རྒྱལ་ས། སྐལ་བཟང་རྒྱལ་ས།

བཅར་འདྲི་བྱེད་མཁན། འཇམ་དབྱངས་ཉི་མ།

བཅར་འདྲིའི་དུས་ཚོད། 2015.1.15

མདོ་སྨད་ཟམ་ཚའི་འབྲོག་ཡུལ་གྱི་འདས་མཆོད་སྐོར་རགས་ཙམ་སྐོང་བ།

འཇིགས་མེད་གཤམ་པ།/ཟམ་ཆཱ།

[ནང་དོན་གནད་བསྟན།] ཚམ་ཐུང་འདིའི་ནང་དུ་བོད་ཀྱི་འདས་མཆོད་རིག་གནས་ལས་འབྲོས་ཏེ། མདོ་སྨད་ཟམ་ཚའི་འབྲོག་ཡུལ་གྱི་འདས་མཆོད་དང་འབྲེལ་བའི་ཡུལ་སྟོན་གོམས་གཤིས་དང་ཆོག་སྒེལ་ཚུལ་སོགས་ཀྱི་ཐད་ནས་ཐུང་ཟད་སྐོང་ཡོད།

སྐོང་གཞི།

དེ་ཡང་མི་རིགས་གང་དང་གང་ལ་མཚོན་ན་འང་རང་རང་སོ་སོའི་རིག་གནས་ཀྱི་རིན་ཐང་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་སྟོན་གོམས་གཤིས་སོགས་གཞན་ལ་ངོམ་ཆོག་ཆོག་རེ་ཡོད་པ་གཏོན་མི་ཟོ། །ཁོ་བོས་ཀྱང་འདིར་རང་མི་རིགས་ཀྱི་འཆོ་བའི་རིག་གནས་དང་ཡུལ་སྟོན་གོམས་གཤིས་སོགས་རང་རིགས་ལ་འདྲིས་ཆ་ཟབ་ཅིང་མང་ཆོགས་དང་འབྲལ་ཐབས་མེད་པའི་བསམ་སྒྲུབ་འདི་རིག་གནས་དག་ཉམས་པ་སོར་ཚུད་དང་མ་ཉམས་གོང་འཕེལ་གཏོང་ཆེད་ཡུལ་ལྔ་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་ལྟེ་མདོ་སྨད་རྟའི་ཆོལ་ཁང་ལྟའི་ཆར་ཀན་སུའུ་ཞིང་ཆེན་ཀན་ལྟེ་ལུ་ལྟེ་ཆུ་རྒྱུ་ཆོང་གི་ཁོངས་གཏོགས་མདོ་སྨད་ཟམ་ཚའི་འབྲོག་ཡུལ་གྱི་འདས་མཆོད་རྒྱུ་ལུགས་རགས་ཙམ་བཤད་པ་ལ་གཙོ་བོ་རང་ཡུལ་གྱི་ནན་རབས་པ་ཚོས་བཤད་པའི་དག་རྒྱན་ལ་གཞི་བཅོལ་ཏེ་རིག་གསར་གྱི་རྒྱུ་ནས་ཇི་ལྟར་ལག་ལེན་བྱེད་བཞིན་པར་བཤད་པ་ལས་དེའི་ཡར་ཐོན་རྒྱུ་བཞི་ཅུ་དོར་སོགས་ཀྱི་རྒྱུར་བ་ནག་པོས་མི་ཁོ་ཉི་ཤུའི་རིང་ལ་མི་རིགས་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རིག་གནས་དང་ཡུལ་སྟོན་གོམས་གཤིས་སོགས་ལ་ཉམས་དམས་ཆེན་པོ་བྱུང་བར་བརྟེན་འདི་གའི་འདས་མཆོད་རྒྱུ་ལུགས་ཀྱི་སྐོར་ནས་ཀྱང་གནའ་རབས་ཀྱི་འདས་མཆོད་རྒྱུ་ལུགས་ལ་གསལ་ཆ་ཡོད་མཐན་དང་ཤེས་མཐན་ཏེ་དང་དཀོན་པས་ལག་ལ་མ་སོན། དེ་བས་རིག་གསར་གྱི་རྒྱུ་ནས་འདི་གའི་ཡུལ་གྱི་འདས་མཆོད་རྒྱུ་ལུགས་རགས་ཙམ་སྐོང་བར་བྱའོ། །

དང་གོ་བཅ་པོར་བདག་བྱེད་ཚུལ།

དེ་ཡང་ཡུལ་འདིར་མི་ཤི་བའི་དུས་སྐབས་དེར་འབྲམ་ནས་མ་ཉི་དང་རྒྱབས་འགོ། ཅུ་པའི་ཟླ་མའི་རྒྱ་བཟོད་

སྐོར་སྐོར་གསལ་བྱེད་མཚན་པོ་བྱས་ནས་སྐོར་བཞིན་འདས་ཁ་མའི་མི་དེ་ལ་སེམས་གསོ་དང་གསོལ་འདེབས་
 བྱེད་པར་བསྐུལ་ནས་འཇིགས་སྐྱེད་དང་འཆོར་སྤངས་སྐོར་སྐོར་གྱི་ཐབས་བྱེད་བྱེད་ལ། ཁ་བཏགས་དང་རས་
 དཀར་གང་ཅུང་རེ་བསྐྱོས་ནས་མགོའི་ཕྱི་ལྷག་ནས་བྱི་གཙུག་པར་དོན་པོར་ལྷུང་ཏུ་འཇུག་ལ། དེ་ནི་གང་
 དུ་དོང་ཡོད་ན་དེ་ཅུ་རྣམ་ཤེས་མིར་འགྲོ་བར་བཤད། དཔྱགས་ཀྱི་རྒྱ་བ་འགག་པའམ་ཆེ་ཡི་འཕེན་པ་རྫོགས་
 པའི་དུས་སུ་ལྷུང་མོར་ཁ་ངོ་མར་ཡབ་པ་ལས་གང་འདོད་དུ་ལས་ལ་རེག་པར་མི་བྱེད་ལ། ལུས་སྤངས་སྐོར་
 སུ་དེ་བས་ཀྱང་མི་ཅུང་རྒྱ་མཚན། གང་ལ་རེག་ན་དེ་ཅུ་དོང་སྐྱེས་སྤོང་པས་དག་རྒྱུན་ལ། གཤིན་པོའི་ལུས་
 ཀྱི་དོང་ཡོད་ཚད་ལུས་སྤངས་ནས་ལུས་སྤོང་ལ་ཡར་བསྐྱུས་ཏེ་རྣམ་ཤེས་མིར་འབྱུང་པ་ནི་བདེ་འགྲོར་སྐྱེས་
 པའམ་ལྷས་བཟང་བོ་ཞིག་ཡིན་པར་བཤད་ལ། དེ་ལས་རྟོག་སྟེ་དོང་ཡོད་ཚད་ལུས་སྤོང་ནས་ལུས་སྤངས་ལ་
 མར་བསྐྱུས་ན་མི་ལེགས་པའི་བཤད་སྒྲོལ་ཡོད། དེ་ནས་གོང་སྐྱེས་བཞིན་མ་ཆི་དང་སྐྱབས་འགྲོ། ཅ་པའི་ཆ་
 མའི་སྐྱ་བསྟོད་སྐོར་སྐོར་བཞིན་དུས་ཚོད་བྱེད་ནས་གཅིག་ཡར་མར་ཅན་ལ་འདུག་ཟིན། (སྐབས་དེར་
 འདོན་པའི་སྐྱབས་འགྲོ་ལ་ལུལ་འདི་ནས་འཆེ་ཁའི་སྐྱབས་འགྲོ་འདྲེན་བྱེད།) དེ་རྗེས་ལྷུང་དུ་རང་སྤེལ་ལ་བརྟེ་
 བརྟེན་ཅིང་མི་ལ་ལ་གཤིན་ཅིས་འདེད་དུ་འགྲོ་དགོས། ལ་ལ་འདས་པོ་ལ་མཚན་རྫོང་^① མཁན་གྱི་དགོ་
 འདུན་པ་ཁྱུ་ཅུ་འགྲོ་དགོས་ཤིང་གངས་ལ་ངེས་པ་མེད། ལ་ལ་དགོན་པའི་ནང་ལ་མ་ཆི་བུམ་པ་ལེན་དུ་
 འགྲོ་དགོས་ཤིང་། ལ་ལས་ཆེ་འདས་ཚང་གི་ར་སྐོར་ནང་ནས་མ་ཆི་སྐོར་འཕེན་དགོས་ལ་དེར་བཞུས་
 ནས་རང་སྤེལ་དང་གཞན་སྤེལ་གང་ཡིན་ཡང་དེ་ཚང་ལ་མི་ལེགས་པ་བྱུང་ཡོད་པ་ཤེས་ངེས། མཚན་བརྫོང་
 ཚར་རྗེས་བཅའ་པོ་རས་དཀར་གཙང་ཞིག་གིས་ཡོངས་སུ་གཙུང་དེ་སྤྱིའི་གཡམས་ཁྱིམ་སྟེ་ཡར་རྒྱུད་ཀྱི་བྱ་བྱ་
 ཏུ་ས་ནག་བཏིངས་ཤིང་གནའ་ལ་སྐོར་དང་རྟོམ་སྐོར་ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྐོར་ཞིག་ལ་སྤེས་མགོ་བྱས་ནས་
 ལག་གཡམས་པ་འབྲམ་གཡམས་ཀྱི་རྒྱ་ཁྱུང་ལ་གཏད་ཅིང་། ལག་གཡོན་པ་གཡོན་ཕྱོགས་ཀྱི་བརྒྱ་མོག་ཏུ་མར་
 དཔྱངས་ནས་འཇོག་སྒྲོལ་ཡོད། དེར་སངས་པལ་ཆེར་བ་ཁང་བ་ཡིན་པས་མཚན་ཁང་གི་སྐྱ་བྱ་ལ་གོང་
 ལྷུང་དུ་འཇོག་གིན་འདུག (འདི་ལ་དམིགས་བསམ་ལ་གྱི་བཤད་སྒྲོལ་གང་ཡོད་ཁོ་བོས་མ་ཐོས་མོད། མཚན་གྱི་
 དུས་སུ་པ་དམ་པ་ཉམས་མེད་ཤུགས་སྐྱ་བྱ་པོ་ཁོང་སྐྱ་བྱ་དཔྱངས་འདེད་ཚུལ་བསྐྱེད་པའི་སྐབས་ཀྱི་བཞུགས་

① མཚན་བརྫོང་ནི་ཆེ་འདས་མ་ཐག་གསུང་རྒྱུའི་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཆོག་ཞིག་སྟེ། ལྷན་ཐུང་དང་མདོ། ཡིག་བརྒྱ། ལྷང་
 བཤགས་སྐོར་སྐོར་འདོན་སྒྲོལ་ཡོད།

སྤངས་ཏེ་མེད་གེ་ཉལ་སྒྲུབས་ལ་སྒྲོན་ལམ་བརྒྱབ་པ་ཡིན་ནམ་སྒྲམ།སྒྲོ་བྱར་དང་རས་གང་རུང་ཞིག་ལོལ་
བ་བཞིན་འཐེན་ནས་བཅའ་པོ་དེ་མི་མཐོང་བ་ཚམ་བྱས་ཏེ། བྱར་ཁང་(གནའ་དུས་རས་ཏ་ཅང་དགོན་པས་
བྱར་ཁང་ལལ་ཆེར་བ་སྒྲོ་བྱར་ཡིན་མོད། དེང་སང་དེ་ལྟར་མིན་པས་གང་བྱས་ཀྱང་ཆོག་པར་བཤད།)ལས་
ཤིང་དཔེ་སྒྲུབ་ལ་གང་མེར་མའི་དར་ཚྭ་ཅིག་ཀྱང་འཐེན་སྟེ། དེ་ནས་གཤིན་པོའི་སྤྲས་མགོར་མཚོད་མེ་
སྒྲོན་ཞིང་། བྱང་རྒྱབ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་ཞལ་བྱས་ཏེ་སྐར་མ་འབྱུང་རག་བར་དུ་མཚོད་མེ་རྒྱན་ཆད་མེད་
པར་བསྒྲོན་དགོས་ལ། བྱང་རྒྱབ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོའང་ཉིན་མཚན་མེད་པར་ཞལ་བྱས་ཏེ་འཛོག་དགོས།
(འདི་ལ་ཡང་བཀའ་བདམས་གོང་མའི་གསུང་རྒྱན་ཞིག་ཡོད་དེ། སྤྲས་མགོར་སྒྲོན་མེ་སྒྲོན་པ་དང་བྱང་
རྒྱབ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་ཞལ་བྱས་པ་ནི་གཤིན་པོའི་ཐར་བའི་ལམ་ངོགས་གསལ་བའི་ཆེད་ཡིན་པར་བཤད།)
ད་དུང་གཤིན་པོའི་སྐར་མ་འབྱུང་རག་བར་དུ་རང་སྤེལ་བའི་གཤིན་པོའི་ཉེ་དུ་མ་ཡིན་པའི་མི་ཁ་ཤས་རེས་
འཁོར་ཏེ་ཉིན་མཚན་མེད་པར་བཅའ་པོ་སྤང་དགོས་པར་བཤད། དེ་ཡང་རྒྱ་མཚན་མེད་པ་ཞིག་མིན་ཏེ་
བཅའ་པོ་ལ་བདག་ཡག་པོ་མ་བརྒྱབ་ན་དག་རྒྱན་ལ་ཁྱི་དང་ཞི་ལ་སོགས་ཀྱི་གྲིབ་མ་བརྒྱབ་པའམ་སྟེང་ལ་
མོང་བ་སོགས་ལྟས་ངན་བྱུང་ན་རོ་ཡངས་འབྱུང་སྟེང་པས། དེ་ལ་བདག་ཡག་པོ་བརྒྱག་དགོས་པར་བཤད།

གཉིས་པ། གཤིན་ཚས་རྒྱབ་རྒྱལ་

གཤིན་ཚས་ནི་མི་ཤི་བའི་རྗེས་སུ་བསྐྱབས་པའི་ཚས་ལྷགས་ཀྱི་ཆོག་ག་ལ་ཟེར། དེ་ཡང་བཅའ་པོ་དེ་བྱར་
ཁང་དུ་བཞག་རྗེས་འཕོ་བ་འདེབས་མཁན་གྱི་སྤྲ་མའམ་རོ་སྤྲས་སྤྲ་མ་ལ་ཆོ་འདས་རང་གིས་ཁ་ཆེམས་བཞག་
པའི་སྤྲ་མ་རེ་ཡོད་ན་དེར་ཁྱབ་དང་། གལ་ཏེ་མེད་ན་རང་གི་དད་ཡུལ་དང་སྐྱབས་གནས་སུ་གྱུར་པའི་
ཚས་འབྲེལ་དངོས་ཐོབ་ཀྱི་ཙུ་བའི་སྤྲ་མ་ཡིན་ན་རབ་དང་། དེ་མིན་ན་འང་སྤྲ་མ་དང་མཁན་པོ་གང་ཡིན་
ཡང་འདས་པའི་སྤྲས་མགོར་ཕེབས་ནས་འཕོ་བ་དང་སྒྲོན་ལམ་གསུང་ཞིང་། ཀྱན་རིག་ནས་པར་སྤྲང་མཚོད་
ཀྱི་དབང་ཆེན་བསྐྱར་དགོས་པར་བཤད། འདི་ལ་ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ནས་རོ་སྤྲས་སྤྲ་མ་ཟེར་ལ། གནའ་མའི་
ཁ་དཔེ་ལ། ཤི་ཁ་སྤྲས་མགོའི་སྤྲ་མ་བཟང་དགོས། རངས་སྤྲ་མོའི་གསར་ཇ་བཟང་དགོས་ཞེས་པའི་དཔེ་
ལྟར་གང་བྱན་བྱན་རེ་གདན་འདྲེན་ཁྱི་མི་སྟེང་། དེ་ནས་སྐར་མ་འབྱུང་རག་བར་དུ་ཡུལ་སྤྱི་འདིའི་སྤྱི་དགུ་
ཡོངས་ཀྱི་ཆོ་སྒྲོན་ལས་སྒྲོན་བཟང་པོའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་དད་པའི་ཉེན་སྐལ་དུ་གྱུར་པའི་དཔལ་མཉམ་མེད་
རེ་པོ་དགེ་ལྡན་པའི་བཤད་རྒྱུ་བསྐྱན་པའི་ཐོག་ཤིང་། ཚས་སྤེལ་ཆེན་མོ་མ་མདོ་སྟག་ཆང་རྩ་མོ་གསེར་ཁྲི་

དཔོན་དགའ་ལྷན་བཤད་སྒྲུབ་པ་དང་དཀར་ལྷོ་པའི་མིང་གི་ཡོངས་འཇགས་ལྷ་མོ་དཔོན་^② ། ལྷ་ཁང་ལྷེ་
 ཆོས་པམམ་མེད་པ། ལྷ་དཔ་ལྷ་ཁང་། ལྷ་མོ་པོ་ལྷ་ཁང་། ལྷ་པ་ལྷ་ཁང་སྟགས་ཀྱི་མཐུན་པོ་ལྷ་པ་ལྷ་
 ལྷེ་གདན་དྲུག་ནས་ཀྱང་རྟེན་ལྷ་པ་ལྷ་ཁང་མཛད་དང་ལྷ་པ་ལྷེ་འཇགས་པ། ལྷ་ལྷ་སྟགས་ཀྱི་དཔང་
 ཆེན་དང་བདག་འཇགས་ལྷ་ལྷོ་ཡོད། དེ་མེད་དང་དྲུག་ནས་དང་དང་ལྷ་དྲུག་པའི་
 དཔོན་པའི་ཆོགས་ལ་མང་ཆ་བསྟོལ་བ་དང་། རོ་མོ་དཔོན་དང་ལྷེ་བ་མོ་ལྷ་ཁང་གནས་འཇགས་སྟགས་
 མདོར་ན་ཆོས་ལྷགས་ཀྱི་ཆོ་ག་ལྷ་ཆོགས་ལྷ་ཁང་ལྷེ་ལྷོ་ཡོད།

གཤིན་སྐར་བཟང་པོའི་ཉེན་མོ་སྟེ་ལམ་པོ་དུང་ཁྱེད་ལ་སྟེལ་པོའི་ཉེན་མོ་ནི་ཆེས་ཀྱི་ནང་དུ་བབས་པ་
བཞིན་ཉེན་གསུམ། ཡང་ན་ཨ་དང་བདུན་གང་རུང་ལ་ཁེལ་ཤིང་པས། དེའི་རིང་ལ་ཐིག་སྤོངས་དགེ་སྦྱོར་
ཀྱི་ལས་སྒྲ་ཚོགས་སྟེལ་ཞིང་། གནའ་མིའི་ཁ་དབེར། ཤེ་པོའི་ར་མདའ་ཚས་ཞེས་པ་ལྟར་གཤིན་པོའི་རྩེས་ལ་
ཚས་ལྷགས་ཀྱི་ཚོགའི་ལས་སྒྲ་ཚོགས་སྟེལ་བཞིན་ཡོད་པར་མ་ཟད། གཤིན་པོའི་རྩེས་སྟེལ་པར་དུ་ཆེས་
བརྒྱབ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡང་། གཤིན་པོའི་རྩ་སྐལ་དང་ཚས་སྐལ་སྟགས་དངོས་ཟླ་དགོས་པ་དང་།
གཤིན་པོའི་རྩེས་ལ་ཚས་གང་བྱ་དགོས་ཚུལ། དེ་མིན་ཕྱི་རབས་ཚོ་ལྟན་རྣམས་དང་རང་ཕྱེ་སྟགས་ཀྱི་མགོ་
ཚྭ་གལ་ཀྱེན་ངན་དང་པར་ཆད་སྒྲ་ཚོགས་མི་འབྱུང་བའི་ཕྱིར་ཡིན། (འདྲི་ལ་རང་ཕྱེ་སྟེ་གཤིན་པོའི་ཕྱེ་པ་
ལས་གཞན་ཕྱེ་བ་ཅི་ཕྱི་ལ་མེད།) ཆེས་ཀྱི་ནང་དུ་བབས་པའི་སྐྱ་རིམ་ལ་ཡང་རིགས་མི་འདྲ་བ་གསུམ་ཡོད་དེ།
གཤིན་པོའི་ཚས་སྐལ་དང་ཕྱེ་བའི་སྐྱ་རིམ། ཆེས་ཀྱི་ནང་དུ་བབས་པའི་ལོ་རིམ་མི་འདྲ་བ་(འདྲིར་གཤིན་
པོའི་ལོ་རིམ་ཀྱང་བཅུ་གསུམ་གྱི་སྐྱ་རིམ་སྟགས་ཡོད་ལ། དང་པོ། གཤིན་པོའི་ཚས་སྐལ་ནི་མ་ཁི་དང་ཡིག་
བརྒྱ། ལྷང་བཤགས་སྟགས་གང་ལྟར་ཅི་ལྟར་སྟགས་འབྱུང་དུ་འབྱུག་དགོས། གཞིས་པ། ཕྱེ་བའི་སྐྱ་རིམ་ལ་
ལྷམ་དུམ་པ་བརྒྱ་གཞིས་དང་བསྐལ་འཕམས་ཏིང་གསུམ། ཡང་ན་གཟུངས་བསྐལ་སྟགས་ཀྱི་གང་རུང་རེ་
འདོན་དགོས་ལ། དེ་ནི་ཕྱེ་བའི་གཞུང་ནས་འགོ་སྟངས་བཟང་སྟེ་བོད་ཐོག་ལྟར་དགེ་འདུན་པ་རྣམས་
གདན་དྲངས་ནས་གསུང་དགོས་པར་བཤད། གསུམ་པ། མི་སྟེར་གྱི་སྐྱ་རིམ་བྱུང་ཚུལ་ནི་ལོ་རིམ་བརྒྱ་
གཞིས་ལས་གཙོ་བོ་གཤིན་པོའི་ལོ་རིམ་དང་གཞན་མི་མཐུན་པའི་ལོ་རིམ་གཞིས་ཏེ་ཁྱོད་ལོ་རིམ་གསུམ་ལ་

② ལྷ་མོ་དགོན་ནི་དགའ་ལྷན་གྱི་རབས་ལྷ་གསུམ་པ་གྱི་རྒྱལ་མཆོན་སྐྱོས་རབ་བྱུང་བཅུ་དྲུག་པའི་ལ་འབྲུག་
 ༡༩༤༧ལོར་ཕྱག་འདེབས་འཛིན་པའི་མདོ་སྨད་སླ་རྒྱའི་ལུ་ལྷི་དགོན་ཆེན་ཞིག་

རྒྱལ་པ་དང་། དེ་དག་ལས་ཀྱང་ཤོན་དར་གཞོན་གསུམ་གང་ཅུང་ལ་རྒྱལ་གྱི། དེ་ནི་དཔེར་ན་ཅིས་ཀྱི་
ནང་དུ་བབས་ཡོད་པའི་ལོ་རིམ་ རྟོ་འབྲུག་པགོ། ཡིན་ཞིང་གཞོན་པ་རྣམས་ལ་རྒྱལ་པའི་དབང་དུ་བཏང་
ན་ཟླ་བ་དེ་གའི་བྱིས་པ་དང་གཞོན་རབས་པ་རྣམས་ཀྱིས་རང་ཉིད་ཀྱི་ལོ་རིམ་གོང་གི་དེར་ཡོད་པ་དག་
གིས་སྒྲོར་མོ་དང་མཚོད་མར་སོགས་དགོས་མཁོ་ཆེ་བའི་རྩལ་ལྷ་རུང་ཅམ་རེ་བསྟུས་ཏེ། བྱིས་ཚང་གང་
ཅུང་ཞིག་ནས་དགེ་འདུན་པ་འགའ་གང་ན་དྲངས་ནས་སྐྱ་རིམ་གང་ཡོད་མཐའ་དག་གྲུབ་དུ་འཇུག་དགོས་
ལ། ཤོན་དར་གཞོན་གསུམ་གང་ཡིན་ཡང་དེ་བཞིན་ཡིན། གོང་གི་སྐྱ་རིམ་དག་ལས་སྟབས་གང་བདེ་དེ་
རྒྱབ་རྒྱ་མ་ཡིན་པར་གཙོ་བོ་ཅིས་ཀྱི་ནང་དུ་གང་བབས་ཐམས་ཅད་བསྟུབ་དགོས། ཅིས་ནང་ལ་བབས་
ཡོད་པའི་སྐྱ་རིམ་ལྟེ་འདོན་པ་གང་ཡིན་ཡང་གཤིན་སྐར་མ་མ་བུད་པའི་ཐུ་རོལ་ལ་དེས་པར་དུ་རྒྱབ་ཚར་
དགོས་ཤིང་། གལ་ཏེ་ཅིས་ནང་ལ་བབས་ཡོད་པའི་སྐྱ་རིམ་དག་སྐར་མ་མ་བུད་པའི་ཡར་ཐོན་ལ་མ་གྲུབ་
ན་རྩལ་ལྷ་རུ་ཟླ་དང་མི་སྒྲེར་སོགས་ལ་ཀྱེན་ངན་ལྷ་ཚོགས་འབྱུང་གིད་པས། ཁ་དབེ་ལ། རྒྱ་མ་ཡོང་གོང་གི་
རག་དང་། ཀྱེན་མ་ཡོང་གོང་གི་སྒོག་པ་ཞེས་པའི་དབེ་ལྷར་སྐྱ་རིམ་ཡོད་ཆད་ཐོན་ནས་རྒྱབ་ཚར་དུ་བཅུག་
ན་བཟང་བར་བཤད།

དེ་མིན་གཤིན་སྐར་འབྱུང་རག་བར་དུ་དགེ་འདུན་པ་རེ་གང་ན་དྲངས་ཏེ་ཐར་མདོ་གསུང་དུ་འཇུག་
ལ་ཕྱི་དྲོའི་དུས་ལྟེ་མི་ཡོང་བྱུང་མཐའ་ཚང་མ་གཤིན་པོ་ཚང་ལ་འཚོགས་ནས་མ་ཞི་དབྱངས་ལ་བྱེར་ནས་
འདོན་དགོས་ལ། དེ་ཡང་དགེ་འདུན་པ་ཞིག་ཡོད་ན་རབ་དང་། མེད་ནའང་རང་ཟླ་བའི་ནང་གི་འདོན་
ཚར་རུང་བཟང་ཤོས་ཤིག་གིས་མགོ་བཟུང་ནས་མགོ་སྐྱབས་འགྲོ་སེམས་བསྐྱེད་དང་བཟང་སྤྱོད་དབྱངས་
ལྷ་བཀྲག་ནས་མཇུག་བཅོམ་བཅོམ་ལམ་གྱི་བར་དུ་དལ་སྤྱོད་རན་པའི་སྒོ་ནས་འདོན་པ་དང་། གཤིན་པོའི་
བྱིས་མི་དག་གིས་ཀྱང་ཟླ་མི་མ་ཞི་འདོན་མཐའ་ཚང་འབྲས་ལྷག་བསྐོལ་ནས་འཇུང་དུ་འཇུག་ལ། (ཡུལ་འདི་
ནས་དེ་ལ་མཚུ་ཁོ་ཟེར) འགྲོ་ཁ་ཡང་ཀ་ར་འགའ་རེ་དང་ཁབ་དང་སྐད་པ་ཚོན་ལྷ་ཚོགས་ཀྱིས་བརྒྱན་
ཡོད་པ་རེ་ལྟར་ཐོལ་ཡོད། དེ་ཡང་གཤིན་པོའི་རྩལ་ལ་ཚོགས་བསགས་ཚུལ་ཞིག་ཡིན་པར་བཤད་ལ། རྩྭགས་
གཞན་ཞིག་ནས་ཐོན་གནའ་མི་ཚོས་མགོན་པོ་བྱེར་འགྲོ་ཁར་ལག་སྤྱོད་དུ་མི་མངགས་པར་ལེགས་སྟེས་སམ་
དངོས་པོ་རེ་ལྟར་གྱིད། དེ་མིན་དུང་དྲིན་ལ་དྲིན་ལན་གྱི་རྒྱལ་དང་། ཡང་ན་སྐབས་དེར་འཚོ་བའི་
དབང་གིས་ཆོ་འདས་ཆང་ལའང་འགྲོ་སོང་ཆེན་པོ་མེད་ལ། གཞན་པ་ཚོར་ཡང་ཁབ་སྐད་པ་རེ་ཡིན་ཡང་

མཐོག་གཤམ་ཆེ་བས་ཚོགས་བསགས་ཚུལ་སྒྲུབས་བདེ་ཞིག་ཡིན་པར་བཤད། གཞན་ད་དུང་ཆོ་འདས་གྱི་བཅ་
 བོ་བྱ་གཡེང་བྱེད་པའི་སྒྲུབས་སུ་དཔལ་བ་ནས་རྩས་པ་རྒྱུད་རྒྱུད་ཞིག་སྒྲུབས་ཏེ་མེ་ལ་བསྐྱེགས་ཤིང་རྒྱུ་
 བྱལ་པོར་གྱུར་རྒྱུ་ཞིག་ཀྱིས་ནས་དགོན་པའི་ནང་གི་དགེ་སྦྱོར་ཆོད་དང་ཐུན་པ་ཞིག་ལ་རེ་བ་ཞུས་ཏེ་ཞེ་དགུ་
 ལ་སྒྲོ་སྒྲོ་བསྐྱར་དུ་འཇུག་པ་དང་ཆོ་གསུར་བཞུགས། ལྷན་གསོལ་ཡང་བྱ་དགོས། དེ་མིན་གྱ་ཚང་པར་རྒྱར་
 ལ་བཅོལ་ན་འང་ཆོག གཤམ་ཏེ་དགེ་སྦྱོར་གཅིག་ལ་བསྐྱར་དུ་བརྟག་ན་ཁྱིམ་ཆང་དེའི་ཨ་མཚན་དུ་འབོད་
 བས་བཅེ་བཀྱར་དང་མཐོང་ཆེན་སྒྲ་ལྷག་བྱེད་པར་མ་ཟད། རང་གི་ཁྱིམ་མི་བཞིན་ཤ་ཆ་ཞིང་སྤྱིང་ཏེ་ལ།
 ཁྱིམ་ཆང་དེའི་གཤམ་བྱི་རབས་པ་ཆོས་ཀྱང་དེ་ལྟར་བཅེ་དགོས་པར་བཤད། ཨ་མཚན་ལ་དགའ་བྱིན་མཚན་
 བྱེད་དང་། ཡང་ན་ཆོས་གྱི་སྒྲ་ཡོན་ནས་འབྱུང་བ་ལ་ཤ་མར་རྩམ་གསུམ་སོགས་ཟས་རིགས་སྒྲ་ཆོགས་ཅི་
 འབྱོན་དང་། གཞན་ཤས་སྒྲ་རགས་དང་བཅས་པ་ཆ་ཆང་རེ་དང་། ཉིན་གཅིག་ལ་སྒྲོར་སུམ་བཅུ་འཕེ་བཞི་
 བཅུ་ཡང་ན་ཐ་བཅུ་(ཉིན་གཅིག་ལ་སྒྲོར་བཞི་བཅུ་རེ་ཡིན་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཁྱོད་ཞག་མ་ཞེ་དགུ་ལ་
 སྒྲོར་༡༩༠ཅམ་ཡིན།)སོགས་ཁྱིམ་ཆང་རང་གི་འབྱོར་བས་རྩས་ཆོད་གྱི་འབྱུང་བ་རེ་འབྱུང་བཞིན་ཡོད། ཞེ་
 དགུ་བསྐྱར་ཆར་རྒྱུ་ཁྱིམ་ཆང་ལ་ལས་ཐོད་རྩས་དེ་ལྟ་སར་ཁྱིམ་ནས་སྒྲོལ་དཔར་བ་དང་ལ་ལས་རང་གི་
 ས་གནས་ནས་སྒྲོལ་དཔར་བཞིན་ཡོད། དེ་ཡང་ཁྱིམ་ཆང་གི་འབྱོར་བ་སོགས་ཀྱིས་རྩས་ན་པལ་ཆེར་བ་ལྟ་
 སར་འབྱོར་བཞིན་ཡོད།

གསུམ་པ། འབྱུང་བ་འབྱུང་སྒྲུབ་གྱི་སྒྲུབ།

ཡུལ་འདི་ནས་ཟས་མགོའི་སྒྲ་མ་དང་འཕོ་བ་འདེབས་མཐན་གྱི་སྒྲ་མ། ཡང་ན་ཞེ་དགུ་བསྐྱར་མཐན་
 གྱི་ཨ་མཚན་སོགས་ལ་འབྱུང་བ་འབོལ་ཆེན་འབྱུང་སྒོལ་ཡོད་ལ། ལྷག་པར་དུ་ཟས་མགོའི་སྒྲ་མར་གནའ་
 ཡིན་ན་སྒྲ་ཏྲ་སྒྲ་བ་གསུམ་འབྱུང་སྒོལ་ཡོད་མོད། དེར་སང་ཡོད་མེད་ཅི་རིགས་སུ་སྒྲུབ། དེ་མིན་གཤམ་པོ་
 རང་ལ་རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ་ཆེན་ཡོད་ན་ཟས་མགོའི་སྒྲ་མར་འབྱུང་སྒོལ་ཡོད་ཅིང་། སྒྱིར་ཟས་མགོའི་སྒྲ་མ་པལ་ཆེར་
 བས་འཕོ་བ་གསུངས་མོད། གཤམ་ཏེ་མ་གསུང་ཆོ་ཆེད་དུ་འཕོ་བ་གསུང་མཐན་གྱི་སྒྲ་མ་གདན་འདྲེན་ཞུ་
 དགོས། དེ་ལས་གཞན་ཁྱིམ་ཆང་སོ་སོའི་འབྱོར་བའི་རྩས་ཆོད་ལྟར་འབྱུང་བ་ལས་གདན་ཁེལ་གྱི་སྒོལ་མེད།
 ཨ་མཚན་ལ་འབྱུང་བ་འབྱུང་སྒྲུབ་ནི་གོང་དུ་བཤད་པ་བཞིན་ནོ།

བཞི་བ། བེམ་པོ་བྱ་གཡེང་བྱེད་རྩལ།

ཡུལ་ལྔ་བྱེ་བྲག་པ་འདིར་དུར་ལས་བྱེད་སྒངས་གཙོ་བོ་བྱ་དུར་ཏེ་བྱ་གཡེང་བྱེད་བཞིན་ཡོད་ལ།
 གཞན་དུག་འཐུང་ནས་སྤྱིན་ལམ་དུ་ཤོར་བ་དང་། མཛོ་ནད་ཅན་དང་ཇ་དག་ཅན་གྱི་ནད་རིགས་སྟགས་
 གྱིས་སྤྱིན་ལམ་དུ་ཤོར་བ་ཡིན་ན་སྤྱིན་མ་དགོས་ལ། རྩལ་མེན་གྱིས་སྤྱིན་ལམ་དུ་ཤོར་བ་ཡིན་ན་འང་ཕལ་
 ཆེར་བ་མེད་དུར་དང་ས་དུར་བྱེད་བཞིན་ཡོད། དེ་ལས་གཞན་བྱིས་པ་ལྟ་ལྟའི་མན་ཆོ་ལས་འདས་ཆོ་ཕལ་
 ཆེར་བ་གཏན་ཁེལ་གྱི་ས་གནས་ཤིག་ཡོད་པ་དེར་འཕེན་ལ་རྒྱར་འཕེན་མ་ཐབ་ཡང་ཡོད། དེ་མེན་དུར་ཁྲོད་
 ལ་འཁྱེར་སྒོལ་དང་གཤིན་ཅིས་འདེད་སྒོལ་སྟགས་མེད་ལ། དེའི་རྩིས་ལ་ཆོས་ཀྱང་བྱེད་སྒོལ་མེད། གཤིན་སྐར་
 གྱི་སྤྱ་ཉིན་གྱི་མཚན་མོར་དུར་ཁ་བ་^③ སྤྱེ་སྐར་མར་འགྲོ་མ་ཐབ་རྒྱམས་གྱིས་ཐོག་མར་བེམ་པོ་མགོ་ལག་
 བརྒྱག་སྟེ་ལག་པ་གཉིས་ཐར་མོ་སྐར་བའི་རྒྱམ་པ་བྱས་ནས་རས་དཀར་གཙང་ཞིག་གིས་དཀྱིས་རྩིས་བྱེད་
 ལ་དཀར་པོའི་ཁྲག་ལ་སྤྱི་བོ་མངོན་པའི་རྩལ་དུ་གཙུག་དེ་འདས་པོའི་བེམ་པོ་སྤྱེལ་བའི་སྟ་གོན་བྱེད་སྒོལ་
 ཡོད། དེའི་དགོང་མོར་གཤིན་པོའི་བྱིས་མི་ཆང་མ་རང་བྱིས་ནས་འདུག་སྒོལ་མེད་པ་དང་ལྷེ་བའི་བྱིས་
 ཆང་སོ་སོས་རང་རང་གི་སྒོ་ཁར་ཐལ་བ་སྤྱག་དགོས་པར་བཤད། བྱི་ཉིན་བེམ་པོ་འཁྱེར་བའི་དུས་སྤྱི་གཤིན་
 པོའི་བྱིས་མི་ཉེ་འབྲེལ་ཆོ་དེར་ཡོང་མི་ཆོག་པར་བཤད། དེའི་རྒྱ་མཚན། གཤིན་པོ་དེ་ཆོ་ལོ་མཐར་བྱིན་
 པའི་ལོ་ལྟན་རེ་ཡིན་ན་སྤྱིན་ཆེར་མེད་ནའང་། ན་གཞོན་དང་དར་མ་རེ་ཡིན་ན་པ་མ་དང་བྱ་སྤྱག་གང་
 ཡིན་ཡང་དེའི་རྩིས་ལ་ཐུང་ན་གྱི་མཆི་མ་འབྱིན་པ་དང་སྤྱག་བཟུལ་གྱི་འོ་དོད་འདོན་པ་སྟགས་བྱས་ན་གཤིན་
 པོའི་རྒྱམ་ཤེས་ལ་རུང་མི་བཟང་བར་བཤད། གནའ་དུས་སྤྱི་འཕུལ་ཆས་ཀྱི་རིགས་མེད་པས་བེམ་པོ་རྟ་ལ་
 བཀལ་ཏེ་དུར་ཁྲོད་ལ་སྤྱེལ་བཞིན་ཡོད་མོད། དེར་སང་སྤྱབས་བདེ་བས་རྒྱངས་འཁོར་དང་རྟ་དང་གསུམ་
 སྟགས་གྱིས་དུར་ཁྲོད་དུ་སྤྱེལ་བཞིན་ཡོད། བེམ་པོ་དུར་ཁྲོད་ལ་མ་ཁྱེར་བའི་རྩོན་ལ་དགོན་པའི་འདབས་
 ཀྱི་བསྐོར་མཐའ་ན་བེམ་པོ་འཛོགས་པའི་དོ་ལེབ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེར་བཞག་ནས་སྤྱི་མ་དགེ་བསྐོས་སམ་
 ཆོགས་ཆེན་ཞལ་ངོ་ལ་རེ་བ་ཞུས་ཏེ། བྱ་ཆང་ཕེབས་ནས་བྱམས་པའི་སྤོན་ལམ་དང་མ་ཉི་གསུང་བ། ཆ་
 གསུར་བསྐོར་བ་སྟགས་བྱས་རྩིས་དུར་ཁྲོད་ལ་བསྤྱེལ་ནས་བེམ་པོ་དུར་ལས་བྱས་ཏེ་བྱ་གཡེང་གཏོང་བཞིན་

③ དུར་ཁ་བ་ནི་སྐར་མར་འགྲོ་མ་ཐབ་རྒྱམ་དུར་ལས་བྱེད་མ་ཐབ་རྒྱམས་ལ་ཟེར།

ཡོད། དེ་མིན་ཕུར་ཁང་སྒྲུབ་ལ་འཐེན་པའི་གང་སེར་མའི་དར་ཚྭ་དེ་ཡང་དེ་ཅུ་འཐེན་དགོས། ལྷ་བས་
ལེགས་ན་དུར་ལས་བྱེད་པའི་སྐབས་སུ་དགེ་འདུན་པ་རེ་གཉིས་གདན་དྲངས་ནས་ཆ་གསུང་དང་བྱུང་གསལ་
རེ་གསུང་དུ་འཇུག་མིན། དུར་ལས་བྱས་ཆར་རྗེས་ལག་པ་སྟགས་གཙང་དག་ཞིག་བཟུས་རྗེས་ས་གཙང་ས་
ཞིག་ནས་ར་བསྐོལ་ཏེ་འདུག་སྒོལ་ཡོད་མོད། དེང་སང་དེ་ལྟར་མིན། སྐར་མར་སོང་བའི་མི་རྣམས་ཕྱིར་
ཐོན་མ་ཐག་བྱིས་ལ་མི་བསུ་བར་སྒོ་འགམ་ནས་མེ་ལ་བསེགས་ཡོད་པའི་དོ་དཀར་ནག་གཉིས་ཀྱི་སྒྲིང་ལ་
གོ་རིམ་བཞིན་ཐོག་མར་དོ་ནག་སྒྲིང་ལ་བྱུས་ཆུ་ནག་པོ་ཞེས་པ་དེ་ཆུ་རྒྱུང་བ་ཡིན་ལ། བྱུས་ཆུ་དཀར་པོ་ཞེས་པ་དེ་
ཆུའི་ནང་ལ་འོ་མ་རྒྱུང་ཅིམ་བསེས་ཡོད་པས་ན་དེ་ལྟར་བཤད། དེ་རྗེས་ཤུག་པ་དང་མཐོལ་བསང་སྟགས་
བདུག་ནས་ལས་ཀྱི་གྲིབ་མཐའ་དག་སེལ་བར་བྱས་ཤིང་། བྱིས་ལ་བསུས་ཏེ་མགོན་ལ་རྒྱ་ཆེན་པོ་བྱས་རྗེས་
ཁོ་ཆོ་མི་རེ་རེ་ལ་བཀའ་དྲིན་མཆོད་རྟགས་སུ་ཚུན་ཆད་ཀ་ཏོ་ར་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་ནང་ལ་གོ་རེ་གང་དང་
ཞུན་སྟགས་ཟས་སྣ་མང་ཅིམ་སྟེར་སྟོལ་ཡོད། དེང་སྐབས་འཕྲུལ་བཞིན་ཡོད་པས་སྐོར་མོ་སྟེར་བཞིན་ཡོད།

ཐུ་བཀྱིས་མི་དང་ཉེ་འབྲེལ་ཆོས་འདུན་བྱེད་ཚུལ།

ཞག་མ་ཞེད་ཀྱི་རིང་སྐུ་མི་བཟུ་བ་དང་། ལ་སྐུ་དང་སྐུ་ར་མི་བཞུར་བ། གོས་གསར་བ་དང་རྒྱན་ཆ་
མི་འདོགས་བ། བྱ་གར་དང་ཅེད་མོར་མི་རོལ་བ། མ་ཁེ་དང་ཡིག་བརྒྱ། ལྷུང་བཤགས་སྟགས་འདོན་བཞིན་
སྦྱང་གནས་སྤང་བ། ཁྱ་སྐར་དང་ལོ་སྐར་ལ་ཡང་སྦྱང་གནས་སྤང་བ་དང་། བྱུང་པར་དུ་ལོ་སྐར་ལ་སྒྲུ་མ་
དང་མཐན་པོ་སྟགས་བྱིས་ལ་གདན་དྲངས་ནས་དབང་ཆེན་ཞུ་བ་དང་། དགོན་པར་མང་ར་བསྐོལ་བ་དང་
ཅུ་ཐེ་ལ་སྦྱང་གནས་འཛོག་པ་སྟགས་དགེ་བའི་ལས་འབའ་ཞིག་བསྐུབ་དགོས་པར་བཤད། ཅུ་ཐེ་བ་དང་
བྱིས་མཆོས་ཡིན་ནའང་མདོན་སུམ་འཛོལ་མེད་དུ་གང་དུན་དུན་མི་བྱེད་པར་ཆོ་འདས་ཆང་ལ་བརྟེན་པུར་
དང་རྟོགས་གང་སྐབ་ཅི་སྐབ་བྱེད་དགོས་ལ། ལྷག་པར་དུ་ཆོ་ལས་འདས་པ་ཐོས་མ་ཐག་ཏུ་ཤ་ཉེ་འབྲེལ་
གཙོའི་རང་ཐེ་བའི་བྱིས་ཆང་སོ་སོས་མ་སྐུ་ལ་དང་སྤང་གིས་མཆོད་མེ་དང་སྐོར་མོ་སྟགས་རང་རང་གི་རྩས་
ཆོད་ཅིག་བྱེད་ཏེ་འདས་པོ་ཆང་ལ་སྐད་ཆ་འདྲི་ཅུ་འགྲོ་དགོས་ཤིང་། དེ་མིན་གཤེན་པོ་རང་ལ་ཐེ་བ་གཞན་
དང་། ཡང་ན་ཡུལ་ཕྱོགས་གཞན་ན་ཡོད་པའི་བཟང་ས་རྒྱན་ས་ཡོད་ཡོད་ཆང་མ་སྐད་ཆ་འདྲི་ཅུ་ཡོང་
སྟོལ་ཡོད། བྱིས་པ་ཆོ་ལལ་ཆེར་བ་སྐར་མ་འབྱུང་རག་བར་དུ་དེ་ནས་རྟོགས་བྱས་ཏེ་འདུག་དགོས།

མཐུག་གི་གཏམ།

དེ་ཡང་ང་ཚོའི་བོད་མི་རིགས་ལ་སྤྱི་ཆ་ནས་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་སྤུལ་གོམས་གཤིས་སྒྲ་ཆོག་གས་
 ཆོག་གས་ཤིག་ཡོད་མོད། བྱེ་བྲག་འདས་མཆོད་སྐུ་བ་ལྷགས་ལ་འང་མདོ་དབྱས་ཁམས་གསུམ་གྱི་ཡུལ་ལྷང་སོ་
 སོར་རང་རང་གི་ལྷགས་ལྷར་སྤྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཁྱད་ཆོས་རེ་ཡོད་པས། ངས་འདི་ནས་བཤད་པའི་ཕ་
 ཡུལ་ཟམ་ཆའི་ཡུལ་གྱི་འདས་མཆོད་བྱེད་སྐྱངས་ལ་ཡང་གཙོ་བོ་རང་ཡུལ་གྱི་ཡལ་མེས་ཆོ་ནས་བརྒྱད་ཡོང་
 བའི་གོམས་སྤུལ་དང་ཀན་པ་རྣམས་ཀྱི་དག་རྒྱན་ལ་གཞི་བཙུག་ནས་བྲིས་པ་ཡིན་མོད། ཡིན་ནའང་རང་
 ཉིད་ལ་དུས་ཚོད་ཀྱི་ཁོམ་ལོངས་མེད་པ་དང་ལེ་ལོ་དང་སྤྱིད་ལྷག་གི་དབང་དུ་སོང་བར་མ་ཟད། སྤྱིས་
 རྩོལ་བའི་གྲུ་ཤིས་རབ་དང་སྤྱད་རྩོལ་བའི་ཡོན་ཏན་གང་གི་ཆ་ནས་ཀྱང་དབྱལ་བོ་དབྱལ་རྒྱུད་ཡིན་རྣམས་
 ཀན་རབས་པ་རྣམས་ཀྱི་གསུང་བ་ཇི་བཞིན་མ་འཁྱེད་ས་དང་མ་འཛོན་ས་ཡོད་མྱོད་པས་དགོངས་དག་
 དང་བཟོད་གསོལ་ཞུ།

མཐར་ཁོ་བོའི་བཅར་འདྲི་དང་ལེན་བྱེད་མ་ཐན་གྱི་ཀན་རབས་པ་རྣམས་ལ་སྤྱིང་ཁྱུང་བྱས་པའི་གསེང་
 བས་བཀའ་བྲིན་ལན་བརྒྱར་ཞུ་བ་དང་ཆབས་ཅིག་ཁྱེད་ཅག་གི་ཅི་བསམ་སྤྱན་གྱིས་འབྲུབ་ཅིང་ཆོ་རིང་ནད་
 མེད་ཡོང་བའི་བཀའ་ཤིས་སྤོན་འདུན་ཞུ།

བཅར་འདྲི་བྱེད་ས། ཨ་ལུམ་ལྷེ་བའི་ཨ་ཁུ་འབྲུག་དགའ། མགོ་སྐོར་བྱ་ལག་གཉིས་པའི་ཨ་ཁུ་ལྷ་ཁོ། རྒྱ་མགོན་
 ལྷེ་བའི་ཨ་ཁུ་དཀོན་དགའ།

ལས་གནས། ཆང་མ་འཕྲོག་པ་ཡིན།

བཅར་འདྲི་བྱེད་ཡུལ། མཆོ་ཉིན་འཕྲོག་ལྷེ་གསར་བ།

བཅར་འདྲིའི་ཐབས་ལམ། ང་བཅར་བཅར་འདྲི།

བཅར་འདྲི་བྱེད་མ་ཐན། འཇིགས་མེད་བྲགས་པ།

རྒྱ་བཟའ་ཕྱེ་བའི་དམངས་ཁྲོད་ཀྱི་འདས་མཆོད་རྒྱུ་ཚུལ་རྣམས་ཙམ་སྐྱེད་བ།

ཐོང་འོད་ཟེར། ༼ བླ་མ་དཀར་པོ༽

[ནང་དོན་གནད་བསྟུན།] ཚུམ་ཡིག་འདིའི་ནང་མཆོད་རྒྱུ་ཚུལ་བླ་མ་དཀར་པོ་རྒྱ་བཟའ་ཕྱེ་བའི་གཤིན་པོའི་འདས་མཆོད་རྒྱུ་ཚུལ་གྱི་སྒྲིབ་རྣམས་ཙམ་བཀོད་ཡོད།

བཅའ་ཆད་གཙོ་བོ། འདས་མཆོད། དགུང་ཞག་བདུན་ཆོག་ལ། འཕོ་བ།

སྐྱེད་གཞི།

མི་སྲུ་ཞིག་ཡིན་ཡང་ངེས་པར་འཆི་དགོས་ཤིང་འཆི་བའི་རྗེས་སུ་བཅའ་པོ་དུར་དུ་འཇུག་པ་དང་འདས་མཆོད་རྒྱུ་ཚུལ་གྱི་ཐད་ལ་མི་རིགས་སོ་སོར་གོམས་སྦྲོལ་དང་དད་མོས་མི་འདྲ་བའི་དབང་གིས་ནམ་པ་སྒྲ་ཆོག་ལས་སྒྲ་ཡོད་ཅིང་། རང་རེ་ནམས་ནི་གནའ་བོའི་ལོ་རྒྱུས་སྲུགས་ལ་བ་ལྟར་ན་བོད་རྒྱལ་སྐོག་མ་གཞུང་ཁྲི་བཅོན་བོའི་སྐབས་ནས་བཟུང་གནམ་གྱི་ཁྲི་བདུན་འོད་ཀྱི་དུས་ཐག་ལ་འཇུག་ཏེ་མཁའ་ལ་གཤེགས་པར་བཤད་པ་ལས་སྐབས་དེར་བཅའ་པོ་སྤྱིན་སྟེག་བྱེད་པའི་སྒོ་ལ་ཡོད་པར་རྗེས་སུ་དཔག་ཐུབ་ཅིང་། དེ་ནས་བཅའ་པོ་རྒྱ་ལ་བསྐྱར་བ་དང་། བང་སོ་བཅེགས་པ། བྱ་གཡེང་གཏོང་བ་སོགས་ཀྱི་སྒོ་ལ་རིམ་བཞིན་དར་བ་དང་། ཁྱད་པར་དུ་རྒྱལ་བསྐྱར་བོད་ལ་དར་བ་དང་བསྐྱར་ནས་རྟེན་མ་བ་དང་། བཀའ་རྒྱུད་པ། ས་སྐྱ་བ། རྫོང་ནང་བ། དགེ་ལྷགས་པ་སོགས་ཆོས་བརྒྱུད་ཐུབ་མཐའ་སྒྲ་ཆོག་པ་དར་ཞིང་དེ་དག་སོ་སོའི་ལྷགས་ལ་གཤིན་པོ་རྗེས་སུ་འཛིན་པའི་ཆོག་ལ་བར་དོ་དོ་སྤྲོད་དང་། དྲེད་ལ་འཁོར་གྱི་བདག་འཇུག་སྐྱངས་པ། འཕོ་བ་འདེབས་པ། བདུན་ཆོག་སྐྱངས་པ། རྩོ་སྤྱོད་འདེབས་པ་སོགས་མདོར་ན་བོད་མདོ་དབུས་ཁམས་གསུམ་ཀྱན་ཏུ་གཤིན་པོའི་འདས་མཆོད་ལ་དགེ་ཆ་རྒྱུ་བའི་སྒོ་ལ་གཅིག་མཐུངས་སྒྲ་ཡོད་ནའང་། ལུལ་ལུང་བྱེ་བྲག་པ་སོ་སོའི་ནང་དུ་བཅའ་པོ་སྤྱིན་འདོན་སྐྱངས་དང་དུར་འཇུག་བྱེད་སྐྱངས་སོགས་ཀྱི་ཐད་ནས་གོམས་སྦྲོལ་མི་འདྲ་བ་ཅུང་ཟད་ཡོད་པས་བདག་གིས་འདི་ནས་མཆོད་རྒྱུ་བླ་མ་དཀར་པོ་ཕྱེ་བའི་དམངས་ཁྲོད་ཀྱི་འདས་མཆོད་རྒྱུ་ཚུལ་སྒྲིབ་ཐད་སྐྱེད་བའི་འདོད་དོ།

འདས་མཆོད་རྒྱུ་སྒྲུབ་དངོས།

༡.གཤེན་པོའི་ལམ་སྒྲོན་དུ་སྒྲ་མ་གདན་འདྲན་སྟངས།

ང་ཚོའི་ཐེ་བའི་ནང་སྒྱུར་མི་ཞིག་གི་ཆེད་འཕེན་པ་རྩོགས་སྐབས་ཞག་ཞིང་གཤེན་ནང་ཐུག་སྐྱོལ་ལྟ་བུ་དང་།
 ༡་རྩོང་གི་སྒྲ་མ།^② ཤོག་བུའི་སྒྲ་མ།^③ ཨ་མཆོད་^④ སོགས་གདན་འདྲན་ཞུ་བའི་ཡུགས་སྒྲུལ་ཡོད་ལ། མིང་
 བྱང་གི་ཐ་རྩལ་དེས་མཆོད་རྟེན་གྱི་གཟུངས་འཇུག་སོགས་བཏབ་ནས་དགེ་བ་ཆོགས་ཤིང་ལ་བཟོ་བའོ། །
 ཆོ་འདས་དེ་གཞན་གྱིས་བསད་པ་ཡིན་ན་དཀར་ཚོས་སྒྱུབ་པ་དང་གཏོར་མ་འཕེན་ཤིང་། མི་བསོད་ནམས་
 ཅན་ལ་རྒྱ་ནོར་ཟས་གསུམ་དང་ལ་རྩེ་དབང་ཐང་ལ་དར་རྒྱུད་མི་འབྱུང་ཆེད་གཡང་འཕོད་བྱེད་པ་དང་
 གསེར་འོད་གཡང་སྒྱབས་འདྲོན་སྒྲུལ་ཡོད། གཞན་ཡང་། མིག་ཟུར་ཡོངས་གྲགས་སུ་ཐེ་མི་ལལ་མོ་ཆེས་
 ཐུག་སྒྲུལ་གཅིག་ཕྱ་ལས་མི་ཞུ་བ་དང་རྩ་བའི་སྒྲ་མ་དང་ཨ་མཆོད་གང་རུང་གིས་མང་བྱང་བཞུ་བ་དང་བཟོ་
 སྒྲོན་གསུང་བ་སོགས་ཀྱི་དགེ་ཆ་སྒྱུབ་སྒྲུབ་ཅུང་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པས་འདི་ལ་ལག་ལེན་བྱེད་མིན་གྱི་ཁྱད་པར་
 དང་འདྲོད་སྒྲུབ་ཅི་རིགས་བྱུང་བ་ཀྱང་གྱིས་ཤེས་པར་བྱའོ།

༢. བྱང་པོ་སྒྲུལ་སྟངས།

ཆོ་འདས་ཀྱི་བཅའ་པོ་སྒྲུལ་སྐབས་ཁྱིམ་རྒྱུད་གཅིག་པའི་མིས་རེག་ན་བསོད་ནམས་ལ་གཞོད་ཅེས་བཤད་
 སྒྲུལ་ཡོད་པས་མི་གཞན་ཞིག་གིས་ཆོ་འདས་དེའི་དབྱགས་ཕྱི་ནང་གི་རྒྱ་བ་ཆད་ཡོད་མེད་ལ་ལེགས་པར་
 བཏགས་ཏེ། ལ་ནང་ནས་སྒྲོ་སྒྲིང་གི་ཁྲག་དང་དྲི་ངན་རྩ་ཆོགས་མི་འབྱུང་བྱུར་(བོད་ཡུགས་གསོ་རིག་གི་
 རོ་བླའི་དབེ་རིས་ལས་སྒྲིང་རྩ་གསེར་གྱི་སྒྱུད་པ་ཞེས་གསུངས་ཡོད་) ཅེས་ཐག་དམ་པོར་བཟུམས་ཤིང་།
 རྩམ་ཤེས་སར་མི་གནས་པའི་ཆེད་དུ་རྩོད་གསུམ་གྱི་སྒྲིང་ན་རས་ཡུག་དཀར་པོ་ཞིག་གིས་ཤུགས་ཀྱིས་བཏུམས་
 ཏེ་ཞགས་པ་དང་རས་དཀར་པོ་གང་རུང་གིས་བཅིངས་ནས་འཛོག་ལ། རབ་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་ཆོ་བྱུག་ཏུ་

① ཐུག་སྐྱོལ་ཆོ་འདས་དེ་ཉིད་གནས་སྐབས་ངན་སོང་གི་སྒྲོ་སྒྲིང་གཅད་པར་འཕོ་བ་གསུང་མཐན་གྱི་སྒྲ་མ་ལ་ཟེར།
 ② ༡་རྩོང་གི་སྒྲ་མ་ནི་གཤེན་སྐར་ཉིན་བཟོ་བ་སྒྲོན་ལམ་གསུང་མཐན་གྱི་སྒྲ་མ་ལ་ཟེར།
 ③ ཤོག་བུའི་སྒྲ་མས་མི་འབྱུགས་པ་དང་དཔལ་རྩོད་རྩོད་ཀྱི་སྒྲོ་སྒྲིང་སྒྱུར་ཆོག་དང་འབྲེལ་བའི་སྒྲོ་ནས་
 གཤེན་པོ་རྩོད་སུ་གཟུང་བའི་ཆོ་ག་དང་མེད་བྱང་བཞུས་ནས་བཟོ་སྒྲོན་སོགས་གསུང་མཐན་ལ་ཟེར།
 ④ ཨ་མཆོད་ནི་ཆོ་འདས་དེའི་དགེ་ཅུར་ཐར་མདོ་སོགས་གསུང་མཐན་ལ་ཟེར།

ནས་དང་། རྒྱག་ལོ་བཅས་བཞག་སྟེ་སྐྱ་མེར་པོ་མོ་ཡོད་དོ་ཅོག་གིས་ཆོས་ཉན་པའི་ཆོ་དད་པའི་ངང་ནས་གསོལ་བ་འདེབས་པ་མི་བཞིན་སྟོན་ལམ་འདེབས་པའི་ཚུལ་དུ་ཕྱག་བྱུང་ཐལ་མོ་སྐུར་ནས་སྤྱོད་མོ་ས་ལ་བཅུགས་ཏེ་ཡུང་ཙམ་འདུག་པ་དང་། མཛོ་རིས་ཀྱི་གོ་འཕང་འཛོལ་བྱིར་མགོ་འགྲམ་ནས་ཀྱུ་ཚོ་སྟོག་པ་དང་། སྐྱ་ཉག་བཏོགས་པ། སྐྱི་གཙུག་ལ་རིག་པ་སྟགས་ཀྱི་ལག་ལེན་དར་སྟོལ་ཏུ་ཅང་ཆེ། ཡང་འགའ་ཞིག་གིས་སྐྱི་གཙུག་ཏུ་དུས་འཁོར་དབང་ཆེན་གྱི་དུལ་ཆོན་བྱེ་མ་བྱུག་ཅིང་། སྐུལ་བའི་གསུང་རབ་ཀྱི་སྟེགས་བམ་བྱང་ཆུབ་ལམ་བཟླས་གང་ཅང་སྐྱི་པོར་འཛིག་སྐྱིར་བོད་ཀྱི་གྲུབ་མཐའ་མཐའ་དག་ལ་བར་དོའི་ངོ་སྟོན་གནང་སྟོལ་ཡོད་པ་བཞིན་རང་རེའི་སྐྱ་བཟའ་ཐེ་བས་ཀྱང་པཎ་ཆེན་སྟོ་བཟང་ཆོས་བྱམ་གྱིས་མཛད་པའི་བར་དོའི་ངོ་སྟོན་གནང་བའི་ཕྱག་ལེན་ཡོད།

༡. རྒྱང་བོ་སྐྱར་འདོན་སྤངས།

སྐར་ཡིག་ནང་གསལ་བ་སྐར་གཤིན་སྐར་གྱི་མོར་བཅ་པོ་སྐྱར་འདོན་སྤངས་སྐྱ་ནང་དུ་ཡོད་ན་གྲུ་ཕྱག་ནས་འདོན་པ་དང་། དེར་སང་སྐྱི་ཆོགས་འཕོ་འགྱུར་གྱི་དབང་གིས་འཕྱོག་པ་རྒྱམས་ཀྱིས་སྟོང་ཁང་ཕུབ་ཀྱིན་ཡོད་པས་ཁང་བའི་ནང་ཡོད་ན་རྩིས་ཆད་^⑤ དབུགས་ཆད་གཉིས་གཅིག་ཏུ་འདོད་པས་ཁང་སྟོ་ནས་མི་འཁྱེར་བར་སྐྱེལ་ཁྱུང་བར་ནས་བྱིར་འདོན་པར་བྱ་དགོས་ཟེར། དེ་ནས་བཅ་པོའི་ཤུལ་དུ་སྐྱ་རེ་དང་། འཛོར། སྐྱ་ནས་དོ་ཡ་གཅིག་བཅས་དེ་དག་ངེས་པར་དུ་ཆ་ཆང་དགོས་ཤིང་དག་རྒྱན་གྱི་ཁྲིང་ནས་ཉེན་འབྱེལ་གྱི་གནད་ཁྱུང་པར་བ་ཞིག་ཡིན་པར་གྲགས། རྒྱང་བོ་བྱི་རོལ་དུ་མ་ཁྱེར་གོང་གྲུ་བ་རྒྱམ་པས་སྟོན་ལམ་གསུང་བ་དང་སྐྱ་བྱས་གསོལ་བའི་དུས་དེར་ལ་ལས་གང་དུན་གྱིས་པོ་གཡས་དང་མོ་གཡན་དུ་འཛིག་པ་ཡོད་མོད། དེ་ནི་ཅུང་མི་ལེགས་ཚུལ་བཤད་པས་གནས་ས་ནས་མ་གཏོགས་པོ་མོ་གཡས་གཡན་གྱི་ཁྱུང་པར་མི་འབྱེད། ལག་བྱུང་ངེས་པར་དུ་ཐལ་མོ་སྐུར་ནས་སྤྱོད་ཀྱིས་འཛིག་པ་ནི་ཡབ་མེས་ཀྱི་ཕྱགས་སྟོལ་ཡིན་ཞིང་འདི་ལ་ཅིས་ཀྱང་དོ་སྤང་བྱ་དགོས།

༢. རྒྱང་བོ་དུར་དུ་འཇུག་སྤངས།

སྐྱིར་དུར་ལས་བྱེད་སྤངས་ལ་རིགས་ཆེན་པོ་བཞི་ཡོད་དེ། བྱ་གཡེང་དང་། མེ་དུར། ཆུ་དུར། ས་དུར་

⑤ སྐབས་འདིར་རྐང་རྩིས་ཆད་པ་ལ་ཟེར།

བཅས་ཡོད་ལ། ང་ཚོའི་ས་གནས་འདིར་མཚན་ན་བྱ་གཞི་བྱེད་པ་ཡིན། བྱིས་པ་མི་འཚོས་པ་དང་རྒྱུན་
བཟང་དུ་ཤོར་བ། འགོ་ནད། ལྷ་འབྱུང་གྱི་ནད། འཛོ་ནད་སོགས་ཀྱིས་ཤི་ཚེ་བྱ་གཞི་མི་གཏོང་། བེམ་པོ་ཟླ་
མོ་ནས་དུར་སར་སྐྱེལ་དགོས་ལ། མགོ་རྩ་སྐྱེས་གསུམ་དང་། ཉ་སྐྱ་ཁབ་གསུམ། སྤྱི་མེ་བྱེད་གསུམ། བ་རྒྱ་སྐོལ་
གསུམ་བཅས་ཡོ་བྱད་བྱ་རྩོམ་པ་རེ་འབྲུག་ཚང་བྱས་ཏེ། སྤང་སྒྲིའི་མགོ་མཚུག་བསྐྱར་ནས་ཁལ་བཀལ་བ་
དང་། སྒོ་ཐག་གཡས་སུ་བརྒྱུད་དེ་གཡས་གཡོན་དུ་རྩ་འཇག་མ་གཉིས་བཞག་ནས་སྐྱོ་སྤྱོད་ཅིག་གི་ནང་དུ་
རྩ་རྒྱུམ་འགའ་བསྐྱས་ཏེ་བེམ་པོའི་ཁ་མདུན་དུ་བསྐྱོར། བེམ་པོ་འབྱེར་མཁན་ལ་གཤིན་པོ་བཅིས་པའི་བརྒྱ་
གཅིག་དང་བཅོ་ལྔ། བརྒྱ་དྲུག་སོགས་ཡ་མ་གཏོགས་ཆ་འགྲོ་མཁན་མེད།

དུར་འཇུག་བྱེད་སར་ས་མཁན་ཞིག་གིས་ཕྱོགས་བཞིའི་མཚོམས་སུ་ས་རྟགས་འགོད་པ་དང་གཤིན་
པོ་ལ་དཔལ་ཁའི་ཕྱོགས་སུ་ཕྱག་གསུམ་འཚོལ་དུ་འཇུག་གཤིན་པོ་དེ་རང་གི་པ་མ་དང་། ཆན་རབས། ཟླ་
བ་གང་རུང་ཡིན་ན་བེམ་སྐྱེལ་བ་རྒྱམས་ཀྱིས་གྲས་ཕྱག་འཚོལ་དགོས། སྤྱིར་སྐྱེས་པ་དང་བྱུང་མེད་གཉིས་
ཀྱི་སྤྱིང་གི་ཚེ་མོ་འཁོར་ཕྱོགས་མི་མཚུངས་པས་པོ་རྟགས་གཡས་དང་མོ་རྟགས་གཡོན་དུ་བསྐྱེས་ཏེ། འཇིག་
རྟེན་གཏམ་དཔེ་ལ། པོ་འབྲུམ་གཡས་དང་། མོ་འབྲུམ་གཡོན་ཞིས་གྲགས་ལ། མདུན་རྒྱབ་ཀྱི་རི་ལ་བསྐྱས་
ན་བྱིས་སུ་མའི་རྒྱ་རྩོར་ཡོངས་སྤྱོད་ཀྱི་དར་རྒྱུད་དང་གཤིན་པོའི་རྒྱམ་ཤེས་སོགས་ཀྱང་འཚོ་བ་མེད་པའི་
བཤད་ཚུལ་ཤིན་ཏུ་མང་བོ་བྱུང་། ཡང་ཡོངས་གྲགས་སུ་བྱིས་པ་ལས་གཞན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མགོ་མཚུག་དུ་
རྟེན་རྩི་འཇོག་པའི་ཡུལ་སྒོལ་ཡོད། སྐྱེལ་ཐག་པ་དཀར་པོ་ཞིག་སྤྱོད་ཀྱིས་བཏགས་ནས་བེམ་པོའི་རྩང་གཞི་
བརྟན་པོ་བྱེད། རྒྱབས་དེར་བར་སོང་གི་སྐྱོ་སྤྱོད་འགོག་པ་དང་མ་ཉི་ཡིག་དྲུག་གི་མཚན་བྱེད་ལ་དྲུག་མདུད་
བརྒྱབ་ཅིང་། དུ་བྱ་རྟོད་རྒྱམས་འཇིགས་སྤང་མི་སྤོང་པའི་སྤྱང་བེམ་པོའི་རོ་གཏོང་ལ་རྩ་རྒྱུམ་གྱིས་གཡོག་
ཏེ་ལ་ལས་གསུམ་གཏོང་དུ་འགྲོ་བ་དང་། ལ་ལས་མཐའ་འཁོར་ནས་སོ་བཞུ་བྱ། སྤང་བོ་སྐྱེལ་མཁན་རྒྱམས་
ཕྱིར་ལོག་དུས་མི་གཞན་ཞིག་གིས་བྱུང་ཤིང་རྩ་ཚོགས་བསྐྱེད་ཀྱིས་རྩས་རྩི་དཀར་ནག་གསུམ་རེས་སྟོན་པོ་བྱེད་
པ་དང་། ཁོང་རྒྱམས་ཀྱང་རང་རང་གི་གནས་སུ་མི་འགྲོ་བར་ཚོམ་ཚོམ་བྱས་ནས་བསྐྱད་དེ། ལྷས་སྤྱོད་གི་
ནད་རིམས་གཏོར་བཞག་གྱི་དྲི་རྩ་སོགས་གཙང་སེལ་དགོས་པས་ཟླ་མོ་ནས་ཟླ་བ་དང་ཐུགས་པ་གང་རུང་
གིས་སེལ་དཔེ་^⑥ གསུང་བ་དང་བསྐྱུན་ནས། རྩི་དཀར་པོ་གསུམ་དང་ནག་པོ་གསུམ་སྤྱོད་ཅིག་གི་ནང་ལ་
རིམ་པ་བཞིན་བཞག་སྟེ། ལུ་ཁ་ཇི་བ་དང་རྒྱ་རགས་མདུད་པ། མེས་མངར་པའི་རྩི་དཀར་ནག་ལ་སྤང་མས་

⑥ ཚོག་ཞིག་གི་མིང་།

ཅུ་གཏོར་ནས་རྒྱུད་པ་བདུག་པ་དང་སེལ་བྱེད་པ། ལྷུས་དཀར་དང་ལྷུས་ནག་གིས་ལྷུས་གསོལ་གནང་བ་
སོགས་ནི་ཡབ་མེས་དག་གི་རིང་ནས་བརྒྱད་པས་སྤང་མེད་ཀྱི་ཕྱག་ལེན་ཤ་སྟག་ཡིན། དེར་སང་དེའི་ཚབ་
ཏུ་གྲུ་བ་ཞིག་ལེབས་ཏེ་ལྷུས་ཚོག་དང་ལྷ་ཆབ་སྟོན་མའི་མཐོལ་བསང་རེ་གསུངས་ཤིང་། ལྷག་པ་བདུག་
ནས་དོད་ཀར་ནག་གཉིས་མེ་འོག་ཏུ་བཞག་སྟེ། རྩེད་ལ་ལྷུས་ཅུ་དཀར་ནག་གིས་གཙང་སྤྲུའོ། དེ་ནས་
སྐར་ཁོ་ཞེས་པའི་ལྷག་པ་ཞིག་སྐལ་ནས་དེ་འབྱུང་ཞོར་དུ་མ་ཁི་བརྒྱ་བ་དང་། སྐལ་ལྷན་མགུར་མ་མགུར་
དབྱངས་འཐེན་ནས་བཞི་སྐར་སོགས་ཀྱི་འདོན་ལྷགས་ཅི་རིགས་ཡོད། ཡང་དག་རྒྱུན་ལ་གྲགས་པ་ལྷར་ན་
རིག་གནས་གསར་བརྩེ་ཆེན་མོ་མ་བྱུང་བའི་ཡར་སྟོན་དུ་སྐམས་བསང་ནས་གོ་གཤམ་མ་རེ་དང་ཤ་གཤམ་
མ་རེ་མི་རེ་ལ་ཆ་སྟོམས་དུ་བལྟ་བའི་སྟོལ་ཡོད་ཀྱང་། རྒྱགས་སའི་དགེ་བཤེས་ཆོང་སྐུ་འབྱུངས་པ་ནས་
བརྒྱད་ལྷེ་ཁོང་གིས་སྟོལ་དན་དེ་རྒྱན་བཅད་དེ་འདས་མཆོད་སྐབ་ཚུལ་གྱི་ཆོག་རབས་དང་རིམ་པ་དབུ་
འབྱེད་མཛད།

༥. ལུལ་མི་དག་གིས་འདུན་བྱེད་རྣམས།

སྟོན་གྱི་ཆོར་དག་གི་པ་མ་དང་ཉེ་དུ་ལྷ་ཅི། རྩེ་བའི་མི་རང་ག་བ་ཞིག་ཆོལ་ས་འདས་ཀྱང་ཆང་འབྱུང་
བ་དང་། ཤོ་འགན་བ། རྟའི་ང་ས་སྤ་བ། ལོ་དེར་ལ་བ་ཅོ་བརྟོད་བ། རྟ་རྒྱགས་འགྲན་བསྐར་སྟེལ་བ། རྟོན་
ཐོག་ཏུ་འགོ་བ་སོགས་གཏན་ནས་བྱེད་སྟོལ་མེད་ཅིང་། ཐ་ན་དམར་ཟས་ལ་རོལ་མ་ཁན་ཡང་ཉུང་ཙམ་ལས་
མ་མཆིས། ལྷག་པར་དུ་གཞི་བདག་གམ་འཇིག་རྟེན་པའི་ལྷ་ལ་བསང་མཆོད་ལུལ་ན་ཆོ་འདས་ཀྱི་རྣམ་
ཤེས་དེའི་རྒྱད་དུ་འཁྲིད་འགོ་བར་བཤད་པས་གཞི་བདག་ལ་བསང་གཏོར་བ་སོགས་བྱེད་སྟོལ་མེད་དེ།
སྦྱིད་ཀྱི་རྟ་པོ་མཉམ་ཞོན་དང་རྒྱག་གི་ཁྱུར་བོ་མཉམ་ཁྱུར་ཟེར་བའི་དཔེ་ལྟར། གཤིན་པོ་དེའི་བྱིམ་མི་དག་
ལ་ཐུ་དན་མཆོད་ཕྱིར་དེ་ཕྱུར་ཞུ་མའི་བྱི་ནང་བརྩེ་བ་དང་སྟེབ་པ་སོགས་རྣམ་པ་ཅི་རིགས་ཀྱི་སྟོན་ནས་སེམས་
གསོ་དང་འབྲེལ་བའི་བྱམས་བཅེའི་འཆོམ་འདྲི་བརྩོད་ནས་རྒྱག་གཏོར་འདོགས་པ་སོགས་ནས་ཡང་བྱེད་
སྟོལ་མེད་ལ། རྒྱུས་བུ་དམ་པ་འགའ་ཞིག་ཐུ་དན་ལས་འདའ་བའི་ཆོ་རྒྱགས་དམ་དུ་བཞུགས་ན་གང་
འདོད་དུ་ཉེ་སར་མི་བཅར་བ་དང་། ལོ་རྒྱན་པ་དང་པ་མ་གང་རུང་ཡིན་ཆོ་ཆེས་མ་མཐའ་ཡང་ཉེན་
བདུན་གྱི་ནང་ནས་རང་བྱིམ་དུ་བཞག་སྟེ་གཤིན་པོ་ལ་ལྷུས་ཚོག་བསྐར་བ་དང་སྦྱི་གཙན་ཏུ་བུམ་རྒྱ་གཏོར་
བ་སོགས་བྱེད་ལ། བྱིམ་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཞེ་དགུ་མ་ཆོང་བར་རྒྱུས་པ་ཆོས་རལ་བ་དགོལ་བ་དང་རྒྱུས་མ་ཆོས་
ཀྱང་སྐྱེ་མི་སྤྲུལ་གྱི་སྐས་ལུ་ག་དང་རྒྱུང་མ་ཡིན་ན་གཤིན་པོ་དེ་ལ་ངོ་ཆ་ཁྲེལ་མེད་ཀྱི་བྱ་བ་མི་བསྐྱབ་པར་

བྱམས་དང་སྤྱིང་རྗེའི་སློན་ནས་དགེ་སྦྱོར་ལ་བརྩོན་པ་དང་། ལྷག་པར་དུ་རང་གི་མིང་པོ་དང་རྟན་པ་དགྲང་
པོ་བདུན་ཅུ་ནས་བརྒྱད་ཅུ་པར་སོན་པ་ཡིན་ན་རལ་ཙམ་^⑦ ལེན་པ་དང་། ཞག་ཞེད་ལྷའི་ནང་དུ་མི་དགེ་
བའི་ལས་མི་བསྐྱབ་པ་སོགས་འཇིག་རྟེན་ཡ་རབས་ཀྱི་སྒོལ་བཟང་ལག་ལེན་དུ་བསྟར་བར་བྱེད་དོ།

༥. ཚེ་འདས་ར་མདར་དགེ་ཙུབ་སྦྱངས།

སྟོན་གྱི་གོམས་སྒོལ་ལ་སླ་མ་དང་རབ་བྱུང་བ་དག་ལ་ཞག་གསུམ་དང་། རྒྱན་དུ་བསྐྱས་བརྗོད་དང་
ལྷག་མཆོད་ལ་བརྩོན་པའི་གྲོང་བ་དག་ལ་ཞག་བདུན། དགེ་བ་དེ་ཙམ་བསྐྱབས་མ་ཐུབ་པར་འདི་སྟངས་བྱ་
བའི་གཞན་དབང་དུ་གྱུར་བའི་རིགས་ལ་ཞག་ཞེད་ལྷའི་བར་དུ་འདས་མཆོད་སྦྱབ་པའི་སྒོལ་ཡོད་ཅིང་།
བྱིས་པ་དང་ན་གཞོན་འདས་ན་ན་མར་མདའི་ཞལ་བྱེ་བ་དང་། འཁོར་ལོ་བསྐོར་བ། སྟོན་པ་^⑧ སྤྱང་བ་
སོགས་བྱ། དེ་ནི་གཤིན་པོ་དཔེ་སྟེ་བ་བྱི་མར་བགེགས་དང་བར་ཆད་མི་འབྱུང་ཞིང་ཚེ་ཐག་རིང་བའི་ཆེད་
དུ་ཡིན་པར་བཤད་དེ། གཞན་མི་སྲ་ཡིན་ཡང་འདས་པོ་དཔེ་དགེ་ཙུབ་གསོན་ཚོས་སྦྱབ་པས་ཁ་དབེ་ལ།
ཆོས་ལ་བྱས་ཏེ་བོ་ཁལ་བཀལ་འདྲ། ཞེས་ཟེར་རོ།

གཞན་ཀྱང་གཟུགས་པར་ཆེན་དཔལ་བཟང་པོ་མཆོག་གིས་དངོས་སུ་ལྷག་བཏབ་པའི་མཆོ་རྟོ་ལུལ་
ཆོགས་བདུན་པོ་སླ་མ་བཅོ་ལྔ་ཉི་ཤུ་ཙམ་ལ་གཏད་ཅིང་། སྤྱ་བ་ཆོས་རྒྱ་བཟའ་དག་བཤེས་ཆང་གི་ལྷག་
ལེན་ལྟར། རྗེ་བརྩན་མ་དང་། ས་སྤྱ། ཀའི། བདེ་མཆོག་འོད་དཔག་མེད་སོགས་ཡི་དམ་གྱི་རྩ་མི་འདྲ་བ་དུ་
མའི་སློན་ནས་ཉེན་བདུན་དང་བཞི་གང་རྩང་ལ་འདས་མཆོད་བསྐྱབས་ཏེ། ཁ་དབེ་ལ། བདུན་ཆོགས་བདུན་
པོ་དེད་ནས། །སླ་མ་བདུན་ལ་གཏུགས་ཡོད། །ཅེས་ཟེར་བ་ལྟར་གཙོ་བོ་ཀྱན་རིག་གི་ཆོས་སྦྱོང་གི་ཆོ་ག་
གསུང་བ་དང་། སྟོན་དུས་སྤྱད་ས་ཅུ་ཁྱིའི་དོད་དང་འབུམ་རྗེ་རྒྱ་ཆེན་པོ་བཅིགས་ནས་དར་ཚྭ་ག་འཐེན་པ།
འགྲམ་དུ་ཆ་ཁང་བཞེངས་ཏེ་སྦྲུའི་འབུམ་སྤྲག་དཔར་བ། མ་ཅི་དུང་ལྷུར་བརྟུ་སྤྲག་གཉིས་གསུམ་ཙམ་དུང་
བྱིམ་རེ་རེ་ནས་བསྐོར་བ། ད་དུང་ས་ལམ་འདེབས་པ་དང་། ཁྱི་དར་དང་རྟོང་དར་འཐེན་པ། ཉེ་ཆར་ཡང་
ཚེ་འདས་ཀྱི་རྩས་ཐུའི་ནས་སྟོང་ཉི་མ་རྩ་སར་མཇལ་ལྷག་དུ་བསྐྱོད་པ་དང་། དེད་ཅག་རྒྱ་བཟའ་ལྗེ་བའི་

⑦ བུད་མེད་ཀྱི་སྤྱི་སྟེར་གདག་རྒྱུའི་རྒྱན་ཆ་ཞིག་

⑧ འདིར་སྦྱང་གནས་ལ་གོ།

ནང་རོལ་ཏུ་དགོ་འདུན་པ་རྣམས་གདན་པ་དང་སྤྱོད་གནས་ཀྱི་ཕྱོམ་པ་གནང་ཞིང་། ཟེ་མི་རྣམས་ལྷན་
ཅིག་ཏུ་བསྐྱུས་ཏེ་སྤྱོད་གནས་བརྒྱ་དང་བརྒྱད་བསྐྱངས་པ་སྟགས་རྣམ་དཀར་གྱི་ལས་ལ་བཙོན་དང་བཙོན་
བཞིན་པ་ལགས་སོ།།

མཆོད་བསྐྱེད་བ།

དེ་ལྟར་མཆོ་སྟོ་བྲག་དཀར་རྒྱ་བཟའ་ཟེ་བའི་འདས་མཆོད་སྐུ་བ་སྤངས་སྒོར་འདི་ནི་དམངས་ཁྲོད་ཀྱི་
དག་རྒྱན་ཅམ་ལས་དེ་ཕྱོན་ཡིག་ཐོག་ལ་བཀོད་པ་མི་འདུག་པས་ད་ལྟ་ནས་དེད་ཅག་ན་གཞིན་ཆོས་འབད་
པ་མ་བྱས་ན་ཚུལ་འདི་ལ་རྒྱས་མངའ་ཡོད་པའི་ཆན་རབས་རྣམས་རིམ་གྱིས་ཟད་དེ་ནམ་ཞིག་དམངས་
སྤོལ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་རིན་ཐང་ཅན་འདི་དག་རྒྱབ་པར་གྱུར་ན་ཤིན་ཏུ་ནས་ཀྱང་པངས་པར་སྒྲམ། དེས་བས་
བདག་གིས་ཆན་རབས་སྤོང་བ་ཅན་གྱི་དག་རྒྱན་རྣམས་ཕྱོགས་སུ་བསྒྲིགས་ནས་དཔྱད་ལྡན་དག་ལ་དབྱེད་
གཞིའི་ཚུལ་ཏུ་ཡུལ་བ་ལགས་ཀྱང་། རང་ཉིད་སྒྲེས་སྤྱངས་ཀྱི་ཤེས་རབ་དམན་པའི་སྐབས་ཀྱིས་ནོར་འབྲུལ་
གྱི་ཆ་མི་ཉུང་བ་ཞིག་མཆིས་སྤྱོད་པས་འདི་ལ་རྒྱས་མངའ་ཡོད་པའི་ཆན་རབས་རྣམས་ཀྱིས་དཔྱོད་པ་འཆར་
རྒྱལ་སྟོལ་གནང་རྒྱུའི་རེ་སྟོན་སེམས་གཏིང་ནས་ཁྱ་བ་ལགས་སོ།།

བཅར་འདྲི་བྱེད་ཡུལ་གྱི་མི་སྣ། རྒྱ་བཟའ་ཨ་ལགས་ར་རོང་ཐུབ་ཆན་ཚང་། རྒྱ་བཟའ་ཨ་ཁུ་ཤེས་རབ། རྒྱ་བཟའ་
ཨ་ཁུ་སྒོ་བཟང་བསྟན་པ་རབ་རྒྱལ། རྒྱ་བཟའ་ཨ་ཁུ་མཐའ་ཡས། རྒྱ་བཟའ་དབང་བྲག་ཤ། རྒྱ་བཟའི་ཡུར་བ། རྒྱ་
བཟའ་ཤེས་པོ་སྟག་ཤ།

བཅར་འདྲི་མཐུན། རྒྱ་བཟའ་འཛིགས་མེད་འོད་ཟེར།

བཅར་འདྲི་འཛིགས་གནས། འཛོང་ཐུལ་ཡུལ་ཆོ།

བཅར་འདྲི་ཐབས་ལམ། རོ་བཅར་བཅར་འདྲི།

བཅར་འདྲི་དུས་ཆོད། 2015.4.28

མདོ་ལ་ཨ་རིག་གི་འདས་མཆོད་སྐོར་རགས་ཅམ་སྒྲེང་བ།

འཕེལ་རྒྱས་དོ་རྟེན་མཆོད་བྱེད།

[ནང་དོན་གནད་བསྟུགས།] ཚེས་ཡིག་འདིའི་ནང་དུ་མདོ་ལ་ཨ་རིག་ཡུལ་གྱི་འདས་མཆོད་སྐོར་རགས་ཅམ་ལས་འཕྲོས་ཏེ་བྱམ་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་སྒྲོལ་གོམས་གཤིས་ཅུང་ཟད་སྒྲིང་ཡོད།

སྒྲིང་གཞི།

དེ་ཡང་མི་རིགས་གང་ལ་མཆོད་ནའང་རང་རང་གི་ཕ་མེས་ཡང་མེས་ནས་བརྒྱུད་ཡོང་བའི་སྒྲོལ་རྒྱན་རིག་གནས་དང་ཡུལ་སྒྲོལ་གོམས་གཤིས་སོགས་མི་རིགས་ཀྱི་སྐྱོན་ལྟ་བུའི་རིག་གནས་དག་ཉམས་དམས་སུ་འགྲོ་བཞིན་པའི་དུས་འདིར། ཁོ་བོས་ཆེད་དུ་ཕ་ཡུལ་མདོ་ལའི་ཨ་རིག་ཡུལ་གྱི་གནད་སྒྲོལ་བཟང་པོ་རྒྱམས་ཉམས་པ་སྐོར་གསོ་དང་མ་ཉམས་གོང་འཕེལ་དུ་གཏོང་ཆེད། བྱེ་བྲག་ཡུལ་འདི་གའི་འདས་མཆོད་སྐོར་རགས་ཅམ་སྒྲིང་བར་བྱུང།

དང་པོ་སྐྱ་མ་གདན་འདྲེན་སྐྱངས་དང་གཤིན་ཅིས་བྱེད་སྐྱངས།

ཐོག་མར་ཁྱིམ་ཆང་དེ་དགོན་པ་གང་དུ་འགོ་བ་དང་། སྐྱ་མ་སུ་ལ་ཁུ་དགོས་པར་གོས་འདུམ་བྱས་ཏེ་གཤིན་པོས་དང་པ་ཆེ་སའི་སྐྱ་མ་ཞིག་ཁུ་བ་རེད། སྐྱ་མ་དེ་ཡང་རང་ལ་ཆོས་འབྲེལ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་དགོས། སྐྱ་མ་ཆད་སྐྱས་མགོའི་སྐྱ་མས་ངེས་པར་དུ་འཇིགས་བྱེད་དཔལ་གཅིག་དང་ཁྱུས་ཆོག་དང་འཕོ་བ་སོགས་གསུངས། དེར་སྐབས་བཟང་སྟོང་སྐྱ་མ་འདི་འདྲོན་པ་ནི་ཉ་ཅང་སྐབས་བདེ་བྱེད་དྲགས་སོང་བ་འདྲ། ཕྱི་ཉིན་ཀུན་རིག་འདོན་ཞིང་རོགས་སུ་བྱ་བ་ཞིག་ངེས་པར་དུ་འབྲིད་སྒྲོལ་ཡོད། གཤིན་ཅིས་བྱེད་སྐྱངས་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ། གཤིན་ཅིས་ཅུང་རྒྱས་པར་བྱས་ན། ཕྱིར་བ་དཀར་ནག་གཉིས་བཅིངས་ཆེས་ཁྱིམ་མི་ཡོངས་རྫོགས་ལ་ཀེག་ཅིས་རྒྱག་པ་དང་། གཤིན་པོར་གཤིན་ཅིས་ཤིག་བརྒྱབས་ཆེས་གཤིན་ཅིས་ནང་གི་སྐྱ་རིམ་སོགས་མ་བྱས་པར་བསྐྱབ་དགོས། གཤིན་ཅིས་ས་ལྟ་བུར་བྱེད་པ་ལས་སྐྱ་མས་མི་བྱེད་དོ།

གཉིས་པ། བེམ་པོ་སྐྱེལ་བྱེད་སྐྱངས།

ཐོག་མར་ས་དབྱུང་ལེགས་པོ་ཤེས་པའི་ས་མཐན་ཞིག་གདན་དྲངས་ཏེ་བེམ་པོ་འཛོག་ས་ལྟ་བུ་འགོ་དགོས་ལ། དུར་ས་དེ་ཡང་ཐག་ཉེ་ས་ཞིག་ཏུ་ཡོད་ན་བཟང་བར་བཤད། ས་དེ་ལ་ཡང་སྐྱ་སྒྲོལ་མང་པོ་ཡོད་

དེ། དཔེར་ན། རྟགས་གསེབ་ཏུ་ཡོད་ན་གཙུག་གི་ནོར་བུ་ཟེར་ལ། ཐང་སྐྱེ་མེད་སྐྱེ་མེད་ཅིག་ལ་ཡོད་ན་ཐང་
དཀྱིལ་མེ་ཡོང་ཟེར། ད་དུང་རྒྱ་ཁར་འཛོག་པ་སོགས་གང་མང་ཡོད། དེ་ལྟར་ས་སྐྱ་མཐན་གྱིས་བཅའ་པོའི་སྒྲིང་
ཁྲག་མར་བཞུར་སའི་བྱང་ཐང་དུ་གཏེར་འཛོག་གལ་ཏེ་ས་སྐྱ་མཐན་དེ་ལོ་ན་ཆན་པ་ཞིག་ཡིན་ན་བཅའ་པོ་
སྐྱེལ་བའི་ཉིན་དེར་བཀོད་འདོམས་བྱས་ཆེས་ས་ཐོག་ཏུ་མི་འགྲོ་བ་དང་། ལོ་ན་ཅུང་གཞིན་པ་ཞིག་ཡིན་
ན་བཅའ་པོ་སྐྱེལ་བའི་ཉིན་དེར་ཡང་ས་ཐོག་ཏུ་སོང་ནས་འཛོག་རྟགས་བྱེད་པ་དང་གསུར་ཕུད་པ་སོགས་
བྱེད། བཅའ་པོ་དུར་ཁྲོད་དུ་བསྐྱེལ་ཆེས་སྐྱེལ་མཐན་ཚེ་མྱིར་ཐོན་པ་ན་སྐྱ་གང་ཅུང་གིས་ཁྲུས་བྱེད་པ་
དང་། གལ་ཏེ་སྐྱ་མ་དང་ཟླ་བ་མ་འཛོམས་ན་རྩོད་དཀར་རྟག་གཉིས་མེ་ལ་བསྐྱེགས་ཡོད་པ་དེའི་སྒྲིང་དུ་ས་
མཐན་ཁོར་འདྲང་གིས་ཤྱག་པ་རྒྱ་དཀར་རྟག་གཉིས་ལ་བཤན་^① ཏེ་བཅའ་སྐྱེལ་བ་དག་གི་ལུས་དང་ཁང་བ་སོགས་
ཁྲུས་བྱེད། དེ་ཆེས་བཅའ་སྐྱེལ་བ་ཡོངས་རྒྱུགས་ལ་ཇ་འདྲེན་བྱེད་དོ།

གསུམ་པ། གཤམ་ཚོས་སྐྱབ་རྩུལ་དང་སྐྱ་མར་འབུལ་བ་འབུལ་སྐྱངས།

གལ་ཏེ་འཕྱོར་བ་རྩུང་བཟང་ན་ངེས་པར་དུ་ཟླ་བ་བདུན་གང་ན་བྱངས་ནས་བདུན་འདིད་ལ། ད་དུང་
སྐྱང་གནས་མཚོག་པ་ཞི་དང་མཚོག་བརྒྱུད་རེ་འཛིན་པ་དང་། དགོན་པར་མང་ཇ་བསྐོལ་བ། དེ་མིན་གཉེ་
རིང་སོགས་ཁྱིམ་ཚང་དེར་ཡོང་ནས་མ་ཉི་འདོན་པ་དང་། ཆེས་སུ་ཉི་མེ་ཡོངས་གྱིས་སྐྱུ་སོགས་དཔར་ཏེ་
དགོ་ཅ་སྐྱབ་པར་བྱེད། དེའི་ཕན་ཆད་ནས་གསུར་མི་ཆད་པ་དང་། དགོན་པ་རེ་རེར་སོང་ནས་ཁྲུས་ཚོག་
བཅོལ་བ་དང་མིང་ཡིག་འཛོག་པ་སོགས་བྱེད། ཞག་བདུན་བདུན་ཞེ་དགུའི་འཕྱོར་རྒྱུགས་པའི་སྐྱ་མ་ཁྲུས་
ཏེ་དགོན་པ་ནས་མིང་ཡིག་ཕྱིར་བྱེར་ནས་སྐྱ་མ་དེས་བཞུ་དགོས་པ་ལས་མིང་ཡིག་གཉིས་འཛོག་སྐོལ་མེད།
དེང་སྐབས་དེ་འདྲའི་སྐྱང་རྩུལ་མང་པོ་འདུག གལ་ཏེ་ཐབས་མེད་ན་ཁྲུས་ཚོག་དགོན་པར་བཅོལ་ཆེས་ཞེ་
དགུ་ཆང་ཉིན་དེར་འདོད་ཡོན་གྱི་དཀར་ཡོལ་དབུ་མཛད་ལ་བྱིན་ཏེ་ཚོགས་ཆེན་ནས་མིང་ཡིག་བཞུ་དགོས་
ཤིང་ཁྲུས་ཚོག་དགོན་པར་བཅོལ་ཟེན་པས་ཟླ་ཆང་གི་གསུང་བྱའི་གས་སུ་འདུ་འོ།

སྐྱ་མར་འབུལ་བ་འབུལ་སྐོལ་ནི། སྐྱ་ཆད་སྐྱེས་པ་ཞིག་གི་སོང་བ་ཡིན་ན། ཏྲ། སྐ། སྐྱ། ཁྲུ་ཚོག་
བཅས་དང་གཤམ་པོའི་རྒྱ་བཅའ་ཡོད་ཆད་སྐྱ་མར་འབུལ་བ་རེད། དེ་བཞིན་དུ་སྐྱེས་མ་ཞིག་གི་སོང་བ་
ཡིན་ན་འདྲི་བཞིན་ནོ། གསལ་པོ་ཞིག་ལ་ཅི་དགོས་ནང་བཞིན་གཤམ་ཚོས་སུ་ཕྱས་མཁོའི་སྐྱ་མར་འབུལ་

① བཤན་ནི་ལུས་སྐྱད་དེ། དངོས་རྒྱས་སོགས་ལ་གཤམ་ཁྱའི་རིགས་འཕེམས་སུ་བརྒྱག་པའི་དོན། དཔེར་ན་ཞོ་ལ་གོ་རེ་
བཤན་ཉ་བྱ།

དགོས། གཞན་ས་མཁན་ལ་ཐོན་ཆད་གཡག་སྒྲེར་བ་རེད་ཟེར་སྟེ་འདུག་མོད། གང་སྒྲར་རང་གི་འབྱོར་བ་དང་བསྐྱུན་ནས་ཡོན་སྒྲེར་བ་རེད།

བཞི་བ། འདུན་ཕྱེད་ཚྭ་།

འདུན་ཕྱེད་སྒྲངས་ཀྱི་ཐད་ལ་སྣ་ཚོགས་ཤིག་ཡོད་དེ། སོ་ན་གཞོན་པའི་སྐོར་གྱིས་འདུན་མི་ཕྱེད་པ་དང་། ཚ་བོ་ཚ་ཕྱིའི་རིགས་ཀྱིས་ཨ་ཁུ་ཨ་ཁང་ཡིན་ནའང་འདུན་མི་ཕྱེད་པ་འདྲ། སོ་ན་ཆན་གས་ཀྱིས་འདུན་ཕྱེད་པ་ཡིན། ཐོན་ཆད་དང་ས་ཆ་འདྲིར་ཡང་ཉེ་མི་གཙོ་བོར་གྱུས་ཀྱིས་འདུན་གྱི་མཚོན་རྟགས་སུ་ལྟ་ཕྱིར་སྟོན་པའི་ལྷགས་སྟེ་ལོད་སྒྲ། ཨ་རིག་གི་ས་ཆ་འདྲིར་ཉེན་བཞི་བརྒྱ་དང་། ཡང་ན་ཉེན་ཞེད་གུ་ལ་འདུན་ཕྱེད་པའི་ལྷགས་སྟེ་ལོད་ལ། སོ་སར་ཆོས་གསུམ་ནས་སོ་སར་ཕྱེད་པ་དང་བསྐྱུན་ནས་འདུན་ལེན་པ་རེད། ཡིན་ན་ཡང་ལ་ལ་ཞིག་གིས་སོ་སར་ན་ཡང་འདུན་མི་ལེན་མོད། དེ་ནི་དེད་ཚོའི་ཨ་རིག་གི་འགྲོ་ལྷགས་དོ་མ་ཞིག་མ་རེད་ཟེར་གྱིན་འདུག། འདུན་ཕྱེད་དོན་ནི། མི་དེ་ཤི་བར་འགྱུར་གཏུང་གི་རྣམ་པ་མདོན་སྒྲངས་ཤིག་དང་། ལྷ་མི་ལེན་པ་དང་། སྟོན་མོ་མི་ཕྱེད་པ། རྟ་རྟགས་སྟགས་ལ་མི་འགྲོ་བ། མདོན་ན་རང་ཉིད་ཆེད་མོ་གང་གི་གས་སུའང་མི་ཞུགས་པ་ནི་གཤིན་པོ་དེར་བརྟེན་མཐོང་ཕྱེད་སྒྲངས་ཤིག་རེད། སོ་རྗེས་མ་ཡང་གཤིན་པའི་འདས་སྐར་གྱི་ནི་མ་དེར་གསུར་ཆེན་ལུད་པ་སྟགས་ཕྱེད་དོ།

ལྔ་བ། མཚུག་གཏམ།

སྤྱིར་ང་ཚོ་བོད་མི་རིགས་ལ་གཞན་ལས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་སྟོལ་གོམས་གཤིས་མང་བོ་ཞིག་ཡོད་ལ། དེ་དག་ཀྱང་ས་གནས་སོ་སོ་དང་ཡུལ་ལྗང་སོ་སོའི་ཡུལ་སྟོལ་གོམས་གཤིས་མི་འདྲ་བས། བདག་གིས་བོད་མི་རིགས་ཀྱིས་ཁྱད་ཆོས་ལྡན་པའི་ཡུལ་སྟོལ་གོམས་གཤིས་ལས་བྱེ་བྲག་མདོ་ལ་ཨ་རིག་གི་འདས་མཚོད་རིག་གནས་ལས་འཕྲོས་ཏེ། ཡུལ་སྟོལ་གོམས་གཤིས་སྟགས་པ་སྐར་གསོ་དང་མ་ཉམས་གོང་འཕེལ་གྱི་ཆེད་དུ་བསམ་པ་ཡར་སྐྱེལ་དང་སྐྱེད་པ་ཡར་འཕེལ་གྱི་དཔེ་བཞིན། རང་རྣམས་ཅི་ཚུགས་ཀྱིས་འདས་མཚོད་སྐབས་འདི་ཡིག་ཐོག་དུ་ཕབ་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་བདག་ལ་མཚོན་ན་སྤྱིར་སྟོན་གྱི་ཤེས་རབ་དང་སྐྱེད་སྒྲུབ་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དམན་སྟབས། ཚིག་གི་སྦྱར་སྒྲངས་དང་དོན་ལ་གཏན་དུ་མ་ཁེལ་བ་སྟགས་ཡོད་ཐིང་བས། ཆེད་དུ་བཅར་འདྲི་ཕྱེད་ཡུལ་སྟོན་བཟང་རབ་རྒྱས་ལགས་དང་སྟོན་པ་བོ་ཡོངས་ལ་བཞོད་གསོལ་ཡང་ཡང་ཁྱ།

མགོ་ལོག་དགའ་བདེའི་ཡུལ་གྱི་སྒྲ་མའི་གདུང་ཚྭ་གསལ་སྒྲོམ་ཅམ་སྒྲིབ་བ།

དམེ་གསུང་རབ། །དགའ་བདེ། །

སྒྲོམ་གཞི།

འཇམ་སྒྲིབ་ཤར་ལུ་གང་གི་མི་རིགས་ཤིག་ཡིན་ཅུང་། མི་རིགས་དེ་ལ་དེའི་རིགས་གནས་དང་གོམས་སྟོལ་ཞིག་ཡོད། དེའི་ཕྱིར་འཇམ་སྒྲིབ་འདིར་རིགས་གནས་དང་གོམས་སྟོལ་སྒྲ་ཚོགས་ཤིག་ཡོད་ལ། འདས་མཆོད་སྐབ་ལུགས་གཅིག་ཕུའི་སྤྱིའི་ནས་ཀྱང་མི་འདྲ་བ་སྒྲ་ཚོགས་ཡོད་པར་མ་ཟད། ང་ཚོ་བོད་མི་རིགས་ལྟ་བུར་མཚོན་ན་འདྲ་ལུ་ལུང་བྱེ་བྲག་རེ་ལ་སྐབ་ལུགས་མི་འདྲ་བ་རེ་ཡོད་པས། ངའི་པ་ལུལ་ཏེ་མདོ་སྐད་མགོ་ལོག་གི་ནང་ཚན་དུ་གྱུར་བའི་དགའ་བདེའི་འདས་མཆོད་སྐབ་ལུགས་ལས་སྒྲ་མའི་གདུང་ཚྭ་གསལ་སྐབ་ལུགས་ནི་མི་ཕལ་བ་ཞིག་དང་བསྐྱར་ན་ཉ་ཅང་མི་འདྲ་བའི་ཁྱད་པར་ཡོད་དེ། སྒྲ་མ་སྐྱ་གཤེགས་ལ་ཉེ་བའི་སྐབས་དང་སྐྱ་གཤེགས་རྗེས་འཇམ་ཚོན་གྱི་གུར་ལུག་པ་དང་འོད་འཕྲོ་བ་སོགས་རྟགས་ཁྱད་པར་བ་སྒྲ་ཚོགས་ཤིག་ཤར་གྱིང་ལ། ད་དུང་གདུང་ཚྭ་གསལ་སྐབ་ལུགས་ཀྱང་ངོ་མཚར་བ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད། ངས་འདིར་སྒྲ་མའི་གདུང་ཚྭ་གསལ་སྐབ་ལུགས་དང་གོངས་རྟགས་སོགས་གཙོ་བོ་བྱས་ནས་རིབ་ཅམ་བརྗོད་ཡོད།

དང་པོ། སྐྱ་གཤེགས་པའི་རྟགས་དང་མཚན་མ།

མཚན་ཉིད་དང་ལུན་པའི་སྒྲ་མ་ཞིག་ཡིན་པ་ནས་བསྐྱེད། སྐྱ་ལྷ་ངར་ལས་མ་འདས་གོང་ལ་ཚོ་འདིར་ཉམས་ལེན་ཅི་ཞིག་བྱས་ཡོད་ན་དེའི་རྟགས་སྟེ། དཔེར་ན་རྫོ་ནང་བ་ཞིག་ཡིན་ན་འོད་གསལ་རྟགས་བསྐྱེད་དང་། དགེ་ལུགས་པ་དང་རྗེ་མ་བ་སོགས་བྱུང་མཐའ་གང་ཡིན་ཡང་དེ་ལ་དེའི་ལུགས་ཀྱི་རྟགས་བྱུང་བར་མ་ཟད་ཡི་དམ་གྱིས་ཞལ་གཟིགས་པ་དང་། རང་གི་དྲིན་ཅན་ཆ་བའི་སྒྲ་མ་སོགས་ཀྱིས་ལུང་བསྟན། རྟགས་དང་མི་ལམ་གང་ཡིན་གྱིས་ཆོ་འདིའི་གདུལ་བྱ་ཚྭ་གསལ་ནས་ཞིང་ཁམས་གཞན་ལ་ཐུགས་གཏོང་སྒྲུའི་དུས་སུ་ཐོན་སོང་བ་ཡིན་ན། སྒྲ་མ་རང་ཉིད་མཐོང་ལམ་གྱི་བདེན་པ་ཐོབ་པ་སྟེ་འཆི་ལ་རང་དབང་འབྱོར་བ་ཞིག་ཡིན་ཆོ། གཞན་སྟེས་བྱ་དམ་བ་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་བཞུགས་ལུལ་ནས་ལོ་ཁ་ཤས་ལ་སྐྱ་བཞུགས་སྐྱ་དང་། དེ་མིན་བསམ་བཞིན་དུ་འགྲོ་བའི་དོན་ལ་བཞུགས་སྐྱ་སོགས་ཡོད་གྱིང་ལ། དེ་ལས་ཐོག་ནས་ལུལ་ཁམས་དང་གདུལ་བྱ་སྐྱ་དང་གང་ཡིན་ན་འདྲ། དེའི་ལོག་སྐབ་ཀྱིས་དབང་གིས་ཐུགས་དཔྱུགས་སྐྱ་དང་།

[illegible]

གཉིས་པ། འདས་མཆོད་ལྟ་བུ་སྐབས།

ཞོང་ཏུ་བཤད་པ་ཉི་ལུང་གྲངས་ཉལས་ཚུན་ལུས་ཆོགས་པ་ཡོད། རྩོན་གྱི་གོམས་སྡོལ་ལྷུང་ས་ཆ་རེ་ལ་
དཔེ་རེ་དང་། རྩོན་རེ་ལ་ལུང་རེ་ཟེར་བའི་དཔེ་བཞིན་རྒྱུ་བ་ལྷགས་གང་འདྲ་ཞིག་སྟེ་ན་དེ་བཞིན་ཏུ་
བརྒྱབ་འོས་པ་ཡིན་ལ་རྒྱབ་ཀྱང་ཆོག་ཆོག་ཡིན། ལྷགས་དམ་གྲོལ་བ་ནས་གདོས་བཅས་ཀྱི་ལུང་པོ་སྟེས་ཏུ་
ཐ་མལ་བའི་གདོས་བཅས་ཀྱི་ལུང་པོ་དང་འདྲ་འདྲ་ཡིན་པས། དེ་ཡང་རྒྱ་དང་རུལ་རྒྱ་ཡོད་པས་བདག་
ཡག་པོ་བྱ་དགོས། དེ་ནས་འདས་མཆོད་རྒྱུ་བའི་དུས་སུ་རྒྱུན་སྟེག་བྱིང་ཅིང་། དཔེ་རྩོང་བཞི་ཕྱེ་ཞིག་
གདན་དྲངས་ནས་རྡོར་སེམས་དང་། མི་འབྲུགས་པ། ཞི་ཁྲོ་གཙོད་བཅས་མི་འདྲ་བ་བཞི་འདོན་རྒྱུ་འི་སྡོལ་
ཡོད། རྒྱ་གཏུང་ཐོག་མ་དང་ཕྱོགས་ནས་མེར་སྲོན་དགོས་ལ། མེར་སྲོན་མ་ཐན་དེ་ཡང་རྒྱང་པོ་དང་ཁ་

ལུས་མི་དག་པ་ཞིག་སྐྱེ་བྱུ་ལས་ཆོས་འབྲེལ་ཡོད་པ་དག་གིས་མེར་སྐྱོན་སྒྲིལ་མེད། ཡིན་ནའང་། གདུང་གི་ཕྱོགས་བཞིར་བཞུགས་པའི་སྐྱ་བྱ་དག་ལས་ཤར་ཕྱོགས་སུ་བཞུགས་པ་དེས་མེར་སྐྱོན་ཡང་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་བར་གྲགས། གདུང་ཁང་དེ་ལ་དྲ་ཕྱག་མེད་པར་བྱས་ནས། གདུང་ཁང་གི་སྐོག་ཏུ་སྐྱ་མཁོ་རང་ཕྱག་རྩོར་གྱི་ནུས་འཕྱོར་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ཕྱག་ཡིན་ན་ཕྱག་རྩོར་གྱི་སྐྱ་གཞག་རྒྱ་དང་། ཕྱགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་ནུས་འཕྱོར་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ཕྱགས་རྗེ་ཆེན་པོའི་སྐྱ་གཞག་རྒྱ། སངས་རྒྱས་གྱི་ཉེན་གང་ཡོད་ན་དེ་འཛོག་སྒྲིལ་ཡོད། རྒྱ་མཚན་བཞགས་མི་ཞུགས་པ་དང་རིང་བསྐལ་མང་བོ་ཡོད་པའི་དགོས་པ་ཡོད་དོ། གདུང་ཁང་དེ་ལག་པོ་ཞིག་ལེགས་འབྲུབ་བྱུང་རྗེས། དེའི་ཕྱིར་ཉེན་ནས་སྤྱོད་འདྲེན་བྱས་གསོལ་བྱུང་ན་བདུན་ཕྱག་གཅིག་དང་རིང་ན་གཉིས་སུ་བྱེད་སྒྲིལ་ཡོད། རྗེས་སོར་གདུང་ཁང་གི་ཁ་བྱེད་ཀྱིས་རིང་བསྐལ་དང་དེ་ལས་གཞན་གྱི་རྟགས་སྐྱ་ཆོགས་ཡོད་པ་ལས། དང་བོ་རིང་བསྐལ་ལ་རིགས་མུ་སྟེ། དཀར་མེར་དམར་ལྗང་དང་། ཤ་རི་རམ་གྱི་རིང་བསྐལ། རྒྱ་རི་རམ་གྱི་རིང་བསྐལ། རིང་བསྐལ་ཐལ་འདྲ་བ། རིང་བསྐལ་རྩོད་པར་ལ་བཞུག་གྱུང་མི་བྱལ་བའི་རིང་བསྐལ་བཅས་ཡོད། གྲང་པའི་དུང་མོར་ཡང་ཁ་ཡར་འཁོར་ནས་ཡོད་པར་མ་ཟད། དུང་མོར་ནང་དུ་རིང་བསྐལ་གྱིས་གང་མེད་ན་ཡང་འཛོང་བྱུང་མང་བར་ཡོད། གཉིས་པ་ཕྱགས་ལྷགས་སྤྱན་གསུམ་སྟེ། རྩིང་ལྗེ་མིག་བཅས་གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་འབྱར་ནས་འཛོག་མེད་རྒྱུའམ། ཆོགས་ཡོད་གྱུང་རེ་རེ་ནས་རྩིང་དང་ལྗེ་མིག་སོ་སོར་ཤེས་བྱུབ་པ། དེ་ནས་གདུང་ཕྱས་གྱུང་སྤོན་ལ་ཅི་འདྲ་ཡོད་ན་དེ་དང་འདྲ་བར་ངང་སྐྱོམ་མེར་ཡོད་པ། གོང་གི་རྟགས་ཐམས་ཅད་ཡོད་པ་དང་ཡང་ན་གང་ཕྱང་ཡོད་ན། དེ་ནི་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། ཉེ་བའི་ལོ་ཁ་ཤས་ཀྱི་སྤོན་ལ་སྐྱ་མ་པ་སྤྱོད་གདུང་ཕྱགས་རྩོད་རྗེའི་རྗེས་གདུང་ལེན་དུས་ཕྱས་པའི་བར་གསེང་ཐམས་ཅད་ལ་ རིང་བསྐལ་གྱི་གང་ཡོད་པར་མ་ཟད། གདུང་ཁང་གི་ཉེ་འཁོར་ཐམས་ཅད་ལ་ཡང་འཛོར་འདུག་པ་དེ་ཕྱ་ཡོད་པའི་བྱ་གྲང་ཐམས་ཅད་ཀྱི་མིག་མཐོང་ལག་ཟེན་དུ་འདུག།

གསུམ་པ། སྐྱ་གདུང་བཞེད་ཚུལ་།

གདུང་ཕྱས་རྩོར་སྐྱ་ཐམས་ནས་ཕྱས་སྐྱབ་བྱེད་ཚུལ་ཐ་མལ་བ་དང་འདྲ་བར་བདུན་ཕྱག་གཅིག་དང་ཡང་ན་གཉིས་ལ་ཕྱས་སྐྱབ་བྱེད་སྒྲིལ་ཡོད། ཕྱས་སྐྱབ་བྱེད་གོས་པ་ནི་ཐ་མལ་བའི་གང་ཟག་ཅིག་ལ་སྐྱ་ཅི་དགོས། སྐྱ་མ་སྐྱལ་སྐྱའི་ནང་ན་ཡང་ཉོན་སྐྱབ་དང་ཤེས་སྐྱབ་སྒྲིལ་མེད་པ་མང་བོ་ཡོད་པས། ཕྱས་སྐྱབ་ནི་མདོར་ན་སྐྱབ་སྐྱོང་ཞིག་ཡིན་པས་ཏ་ཅང་གལ་ཆེ། ཕྱས་སྐྱབ་བྱས་ཆར་བའི་རྗེས་ལ་གདུང་ཕྱས་ས་ནང་ལ་

བསེས་ནས་སྒྲུབ་དཔར་ཏེ་མཚོད་རྟེན་གྱི་གཟུངས་འཇུག་བྱེད་རྒྱ་དང་། ཡང་ན་གཏུང་ཅུས་དེ་བརྟུངས་ནས་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་ནང་དུ་གཏོར་རྒྱ། རི་བོ་མཐོ་ས་ནས་རྒྱང་ལ་སྐར་བ་སྟགས་ཡོད་པ་ལས། དང་བོ་མཚོད་རྟེན་ནང་ལ་གཟུངས་འཇུག་བྱེད་སྒོལ་ནི། མཚོད་རྟེན་གྱི་བང་རིམ་ཞོལ་མ་སྒྲུལ་དགའ་རྒྱ་དང་། བུམ་མགོའི་ནང་ལ་སྐྱ་མ་ཁོང་གི་སྐྱ་འདྲ་འཛོག་སྒོལ་ཡོད། གཉིས་པ་རི་མཐོ་ས་ནས་རྒྱང་ལ་སྐར་བ་རྒྱ་དང་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་ནང་དུ་སྐར་དགོས་པ་ནི་སྐྱ་མ་དེའི་སྐྱ་རྩེས་མའི་གཏུལ་བྱ་དར་རྒྱས་སུ་འགྲོ་བའི་དགོས་པ་ཡོད་ཅེས་བཤད་སྒོལ་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ལྟར་སྐྱབ་མཁན་སྟོན་ཆད་ཀྱང་མང་བོ་མེད་ལ། ད་ལྟའི་དུས་སུ་ཡང་མང་བོ་མེད། ད་དུང་དེ་ལས་སྐྱ་གཏུང་གཞན་ཞིག་སྐྱབ་ཚུལ་ཡོད་པ་ནི་སྐྱ་དམར་གཏུང་བྱེད་རྒྱ་དེ་ཡིན། མོ་ལ་ཤས་ཀྱི་སྟོན་ལ་སྐྱ་མ་གཙང་བ་སྐྱ་དམར་གཏུང་བྱས་པ་ཡིན་ལ། སྐྱ་དམར་གཏུང་དང་སྐྱ་དམར་གཏུང་མ་བྱས་པར་མཚོད་རྟེན་གྱི་གཟུངས་འཇུག་བྱེད་པ་གཉིས་པམ་ཡོན་འདྲ་འདྲ་ཡིན་ནོ། །

བཞི་བ། མཇུག་གི་གཏམ།

རང་ཉིད་ཀྱིས་ཆེད་རྩོམ་བྲིས་ནས་མཇུག་ལ་སྐྱེ་བ་དུས། རང་གི་ཡིད་ཚིམ་པ་ཞིག་གཏན་ནས་མ་ཡིན། ང་རང་རིག་གནས་ཀྱི་རྒྱ་ཚད་ཞན་པ་དང་རྩོམ་འབྲི་ཉམས་སྦྱང་དང་དུས་ཚོད་སྟགས་ཐུང་བའི་སྟེན་གྱིས་ལེགས་པོ་ཞིག་མ་འབྲུག། དེ་བས་སྟོག་པ་བོ་རྣམས་དང་པ་ཡུལ་གྱི་ཡུལ་མི་རྣམས་སྐྱོན་སྒྲ་ཡོངས་ལ་དགོངས་དག། བླ་འོན་ཀྱན་རང་ཉིད་མི་རིགས་ཀྱི་སྒྲོལ་རྒྱུན་རིག་གནས་ལ་དགའ་བ་དང་རང་རིགས་ཀྱི་སྒྲོལ་རྒྱུན་རིག་གནས་མང་བོ་ཞིག་ཡིག་ཐོག་ཏུ་པབས་མ་ཐུབ་པར་ཉམས་བཞིན་པ་སེམས་ཀྱིས་མ་བཟོད་པར་རང་མགོ་མ་འཁྱོང་པར་གཞན་མགོ་ཤ་དག་ཟེར་བའི་དཔེ་ལྟར་རྩོམ་འདི་བྲིས་པ་ལགས།

བཅར་འདྲི་བྱེད་མཁན། དམེ་གསུང་རབ།

བཅར་འདྲི་བྱེད་ས། སྐུལ་ཚུལ་བསྟན། (2015.8.5)

དགེ་བཤེས་ཤེར་རྒྱལ། (2015.8.20)

དགེ་བཤེས་ཚོས་འཕགས། (2015.8.28)

དགེ་བཤེས་ཤེས་ཤེས། (2015.8.15)

བཅར་འདྲི་ལྷན་གནས། ཏུང་ལོ་བྲག་དཀར།

མདོ་སྨད་སྤང་རའི་འདས་མཆོད་སྐོར་རགས་ཅམ་སྒྲུང་བ།

ཡོན་ཏན་ཡར་འཕེལ། རྒྱལ་ཅན་ཀློང་།

[ནང་དོན་གནད་བསྟན།] མདོ་སྨད་སྤང་རའི་ལམ་པོ་ལུ་ཕྱེད་ཚུལ་སྐོར་གྱི་དཔེ་ཆ་དང་དབྱེད་ཚོམ་སྟགས་ལམ་ཆེར་མེད་མོད། ཡིན་ནའང་དེ་ནི་བོད་ཀྱི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རིག་གནས་ཀྱི་གྲུབ་ཆ་ཞིག་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་འདྲིར་དེ་ནི་ལྷ་ལྷུང་ཚུལ་དང་དར་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན། ལུ་ཏུར་གྱི་གོ་རིམ་སྟགས་གསལ་བོར་བརྒྱུད་ཡོད།

སྒྲུང་གཞི།

ཕྱིར་བོད་ཀྱི་ཏུར་ལས་ཕྱེད་སྤངས་རིགས་མང་དུ་དབྱེ་ཆོག་སྟེ། དཔེར་ན་ལམ་པོ་ས་ཏུར་དང་བྱ་གཡེང་། ལུ་ཏུར། མེད་ཏུར། དེ་མིན་སྐྱ་གཏུང་མཆོད་རྟེན་ཏུ་འབུལ་བ་ལྟ་བུ་སྟགས་ཡོད་ལ། སྤང་མ་བཞིའི་ལོ་རྒྱུས་ཏེ་ཅང་རིང་ཞིང་ང་ཚོས་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་སྟེགས་བམ་ཁྲོད་དུ་སྟོན་བཅན་པོའི་སྐབས་ནས་བརྒྱུད་འདས་མཆོད་ཕྱེད་སྤངས་དར་ཡོད་པ་ཤེས་བྱུང་ལ། དཔེར་ན། འཕྱོང་རྒྱས་སྟགས་སྟེ་ཡོད་པའི་བཅན་པོའི་བང་སོ་ལས་གསལ་བོར་ཤེས་བྱུང་། ཏུག་འཐུང་བ་སྟགས་ཡིན་ན་ལམ་པོ་ས་ཏུར་བྱ་དགོས་ཤིང་རབ་བྱུང་བ་རྒྱུས་ལམ་ཆེར་ཕྱིན་སྟེག་ཕྱེད་པ་ཡིན། ཕྱིན་སྟེག་ཕྱེད་ཚུལ་འདི་རྒྱ་གར་གྱི་གནའ་བོའི་བུ་མ་ཟེ་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཆོག་ལས་དར་བ་ཞིག་ཡིན་པར་སེམས་ཀྱི་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་གྱི་སྤྱུལ་སྤྱའི་ལམ་ལུགས་ཞེས་པའི་དཔེ་ཆར་བསྟོད་ཡོད། དེ་བྱེད་གཡེང་གིས་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་ཀྱི་ཕངས་མེད་དུ་ཕྱིན་པའི་བྱང་སེམས་མཆོན་གྱིན་ཡོད། ཏུར་འབྲུག་ཕྱེད་སྤངས་དག་ལས་བྱ་གཡེང་ནི་ཆོས་དར་བྱུང་ཆེ་བ་དེ་ཡིན། རྒྱལ་དབང་པུ་ཆེན་ལྷ་བྱའི་སྤང་རྒྱུས་ཀྱི་སྐྱ་གཏུང་ནི་མཆོད་རྟེན་ཏུ་བཞུགས་པ་ཡིན་ཞིང་འདི་སྟོན་པའི་ཏུས་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་པར་འདོད་ལ་དབྱེད་པའི་གནས་སོ། །མདོར་ན་བོད་ཏུ་ཏུར་ལས་ཕྱེད་སྤངས་མང་བོ་ཞིག་ཡོད་ཅིང་དེ་དག་སངས་རྒྱས་ཆོས་ལུགས་དང་འབྲེལ་བ་དམ་པོ་ཡོད། ལུ་ཏུར་ཕྱེད་ཚུལ་ནི་བོད་ལུལ་ཏུ་དར་བྱུང་ཆེན་པོ་མེད་ཅིང་ལྷག་པར་ཏུ་རབ་བྱུང་བ་ལུ་ཏུར་ཕྱེད་པ་དེ་ལས་ཀྱང་མེད་མོད། མདོ་སྨད་སྤང་རའི་ལུལ་ཏུ་འདི་ལྟ་བུའི་སྟེལ་ད་ལྷའི་བར་དུ་གནས་ཡོད། གཤམ་གྱི་བཅར་འདྲི་བརྒྱུད་ནས་ང་ཚོས་དེའི་སྐོར་གྱི་ཤེས་བྱ་ཐུན་བུ་རེ་རྟོགས་བྱུང་།

བཅར་འདྲི་དངོས།

ཡོན་ཏན། སྤང་རའི་ཡུལ་ལ་མཚན་ན་གཞན་དང་བྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཆུ་དུར་བྱེད་ཚུལ་ཞིག་འདུག་དེ་
བྱུང་དགོས་པའི་ཆུ་རྒྱུན་སྐྱར་ནས་ཅིག་གསུངས་རོགས།

དགོན་མཚན་མཐར། འདི་ནི་ཆེས་ཐོག་མར་དར་སྐབས་པལ་ཆེར་ཡུལ་འདྲིའི་ཆ་རྒྱུན་ཞན་པས་མང་ཚོགས་
དག་གིས་བེམ་པོ་ཆུ་དུར་བྱས་པར་སྐྱམ། རྗེས་སུ་ཡོངས་ཁྱབ་ཏུ་ཐུར་བ་རེད། ཆུ་དུར་བྱེད་སའི་གནས་དེའི་
མིང་ལ་ལ་མོ་རྒྱུང་དགོན་ཟེར་ལ། བཤད་ཚུལ་ལྟར་ན་གནས་འདི་ནི་གྲུབ་པ་ཐོབ་པའི་གནས་མཚན་ཅིག་
ཡིན་ཟེར། འདིར་ཆུ་དུར་བྱས་ན་ཐིག་སྒྲིབ་དག་ཅིང་བན་སོང་དུ་མི་སྒྲེས་པ་སོགས་ཀྱི་བཤད་ཚུལ་ཡོད།

ཡོན་ཏན། ཆུ་དུར་བྱས་ན་དགེ་མཚན་ཅི་འདྲ་ཡོད་དམ།

དགོན་མཚན་མཐར། གོང་དུ་བཤད་པ་ལྟར་བན་སོང་དུ་མི་འགྲོ་བ་སོགས་ཀྱི་དགེ་མཚན་ཡོད་པ་མ་ཟད།
བྱ་གཡེང་ནང་བཞེན་རང་ཉིད་ཀྱི་ཆེས་མཐའ་མཐུག་གི་བེམ་པོ་དེ་ཡང་ཉ་སོགས་ཆུའི་ནང་གི་སྟོག་
ཆགས་དག་ལ་སྒྱུན་པ་གཏོང་བཞེན་ཡོད། འདིས་དགེ་མཚན་བསམ་གྱིས་མི་བྱུབ།

ཡོན་ཏན། སྤྱིར་ཆུ་དུར་ནི་ཡུལ་ཁམས་གཞན་དུ་དར་སྤོང་ན་འང་སྐྱེ་མ་སྐུལ་སྐུ་ནས་ཆུ་དུར་བྱེད་སྟེ་
གཏན་ནས་མེད་པ་འདྲ། འདིའི་སྐྱར་ནས་ཅིག་བཤད་རོགས།

དགོན་མཚན་མཐར། ཡུལ་འདིར་མཚན་ན་སྤོང་ཆད་དགེ་འདུན་པ་ཡང་ཆུ་དུར་བྱེད་སྟེ་ཡོད་མོད། དེང་
སང་པལ་ཆེར་སྒྱུན་སྟེག་བྱེད་བཞེན་འདུག་སྒྱུན་སྟེག་བྱས་རྗེས་ཀྱས་ཐལ་ཆུ་ལ་གཏོར་མཁན་མང་པོ་ཡོད།

ཡོན་ཏན། གཤམ་པོའི་བེམ་པོ་དེ་རྗེས་བྱ་དགོས་པ་རེད།

དགོན་མཚན་མཐར། གཤམ་པོའི་ཤ་ཉེ་འབྲེལ་གྱི་མི་ཞིག་གིས་བེམ་པོ་རིལ་ནས་འཛོག་པ་རེད། གལ་སྲིད་ཤ་
ཉེ་འབྲེལ་མེད་ན་ཐེ་བའི་ནང་གི་མི་ཞིག་གིས་བདག་བྱེད་པ་ཡིན།

ཡོན་ཏན། བེམ་པོ་རིལ་མོ་བྱེད་པ་དེ་ས་ཆ་མང་པོ་ཞིག་ཏུ་དར་ཡོད། བྱེད་ཆེར་རིལ་མོ་བྱེད་སྐབས་ཁྱང་
པར་བ་ཞིག་ཡོད་དམ།

དགོན་མཚན་མཐར། ཐོག་མར་བེམ་པོ་སྒྱུལ་དཀྱུང་དུ་འཛོག་དགོས་པ་དང་། ལག་པ་གཉིས་སྟེང་འོག་བྱས་
ནས་པང་དུ་འཛོག་ གལ་སྲིད་སྒྱེས་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ལག་གཡས་པ་དེ་གཡོན་པའི་འོག་ཏུ་འཛོག་པ་དང་།
བྱང་མེད་ཅིག་ཡིན་ཆོ་ལག་གཡོན་པ་གཡས་པའི་འོག་ཏུ་འཛོག་དགོས་པ་རེད།

ཡོན་ཏན། སྔ་མའི་ལག་པ་འཛོག་སྤངས་ལ་བྱད་པར་ཡོད་པ་དེར་མཚན་དོན་ཡོད་དམ།

དགོན་མཚོག་ཐར། ལག་པ་འཛོག་སྤངས་དེར་མཚན་དོན་ཡོད། སྐྱེས་པ་ཚས་ལག་གཡས་པ་གཡོན་པའི་
འོག་ཏུ་འཛོག་པ་དེས་དག་མི་བྱེད་ཅེས་པའི་མཚན་དོན་དང་བྱད་མེད་ཚས་ལག་པ་གཡོན་པ་གཡས་
པའི་འོག་ཏུ་འཛོག་པ་ནི་བྱེ་མི་ཇི་ཞེས་པའི་མཚན་དོན་ཡིན།

ཡོན་ཏན། བཅ་པོ་དེ་ལ་མོ་བྱས་ཚར་ཇེས་གང་དུ་འཛོག་དགོས།

དགོན་མཚོག་ཐར། གཤེན་སྐར་མ་ཐོན་པའི་ཐོན་དུ་ཐེ་བའི་ནང་གི་སྐྱེས་པ་འགས་ཤིང་སྐམ་ཞིག་བཙོས་
ནས་དེའི་ནང་དུ་འཛོག་པའི་སྐལ་ཡོད།

ཡོན་ཏན། བཅ་པོ་དེ་ཇི་ལྟར་འབྱེར་བ་རེད།

དགོན་མཚོག་ཐར། ཐོག་མར་ཤ་ཉེ་འབྲེལ་དག་གིས་བྱིམ་ནས་སྐྱེ་ལེ་ཉེས་བརྒྱ་ཙམ་ལ་འཁྱུར་དགོས་ཤིང་།
དེ་ནས་ཐེ་མི་དག་གིས་རོགས་བྱས་ཉེ་འཁྱུར་བ་ཡིན། ཏུར་གནས་དང་སྐྱེ་ལེ་ཉེས་བརྒྱ་ཙམ་ལ་བསྐྱེབས་
ཇེས། ཡང་བསྐྱར་ཤ་ཉེ་འབྲེལ་དག་གིས་བྱིམ་ནས་འགོ་བ་རེད།

ཡོན་ཏན། ལ་མོ་རྒྱང་དགོན་དུ་བཅ་པོ་དེ་ཇི་ལྟར་འབྱེར་དགོས་པ་རེད།

དགོན་མཚོག་ཐར། ཐོན་ཆད་ལ་མོ་རྒྱང་དགོན་ཟེར་བ་དེ་གཡས་སུ་འཁོར་བཞིན་པའི་རྒྱ་འབྱེལ་ཞིག་ཡིན།
སྐབས་དེར་བཅ་པོ་ཐད་ཀར་རྒྱ་ནང་དུ་འཕང་ན་རྒྱ་ཞབས་སུ་བྱངས་འགྲོ། དེར་སྐབས་མ་རྒྱ་བཀག་ཡོད་
ཀྱིན་གཡས་འབྱེལ་དེ་མཐོང་རྒྱ་མི་འདུག དེ་བས་རྒྱ་ནང་དུ་འཕང་ན་ཡང་ཕྱིར་རྒྱ་འགྲམ་དུ་ཡོང་བའི་
ཉེན་ལ་ཆེ། དེ་བས་དེུ་དཀར་ནག་མང་པོ་མོ་བའི་སྤྲོད་དུ་བཀྱགས་ནས་འཕེན་བ་རེད། དེ་ལྟར་བྱས་ན་
དགའོད་རྒྱ་ཞབས་ནས་འདུག་པ་ཡིན།

ཡོན་ཏན། གཤེན་པོ་ལ་འདུན་ཇི་ལྟར་བྱེད་བ་རེད།

དགོན་མཚོག་ཐར། ཐོན་ཆད་སྐྱེས་པ་ཞིག་ཡིན་ན་རལ་བའི་ཇ་ལ་སྤངས་ཇེས་བལ་དཀར་ཞིག་འདོགས་པ་
རེད། བྱད་མེད་ཅིག་ཡིན་ན་རྒྱ་ཆ་ཆ་ཡོད་ཆད་སྤངས་ཇེས་སྐྱེའི་ལན་བྱར་བལ་དཀར་འདོགས་པའི་སྐལ་
ཡོད།

ཡོན་ཏན། དེར་མཚན་དོན་ཅི་ཞིག་ཡོད།

དགོན་མཚོག་ཐར། དེ་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྲིང་ཉེ་བའི་མི་དག་འདས་ཇེས་སུ་འདུན་བྱེད་སྤངས་ཤིག་ཡིན་ལ།

དེས་མི་དེ་དང་རང་ཉིད་པར་མཛའ་བཅེ་ཟབ་མོ་ཡོད་ཕྱིན་འདས་རྗེས་སྤྱག་བསྐལ་བྱེད་བཞིན་པ་དང་དེ་
ལ་དྲིན་ལན་འཇལ་དགོས་པ་མཆོན་བཞིན་ཡོད།

ཡོན་ཏན། སྐར་མའི་སྒྲ་མ་བྱས་པ་ཞིག་ལྷ་སྤྲུལ་ཡོད་ཟེར་བ་དེ་ཨེ་བདེན།

དགོན་མཆོག་ཐར། ཡོད་ནི་རེད། མི་ཞིག་གི་མ་ཐག་སྤྲུལ་མགོའི་སྒྲ་མ་ལྷས་ཏེ་དབང་སྐར་བ་དང་། སྐར་མ་
མ་བྱས་ཚུན་ལ་སྐར་མའི་སྒྲ་མར་ལྷ་དགོས།

ཡོན་ཏན། གོ་ཚོས་ལྟར་ན་ཨ་མཆོད་ལྷ་སྒྲངས་གཞན་དང་མི་འདྲ་བ་ཞིག་ཡིན་ཟེར། དེའི་སྐོར་ནས་ཅིག་
གསུངས་རོགས།

དགོན་མཆོག་ཐར། ཚུན་ཆད་ཨ་མཆོད་ཉིན་ཞེ་དགུ་ལ་བཞུགས་པ་རེད། རྗེས་སུ་ཉིན་བདུན་ཅམ་ལ་མ་
གཏོགས་མི་བཞུགས། ད་དུང་ཚུན་ཆད་ཨ་མཆོད་སྐྱབ་པ་རེར་ཟེ་བའི་ནང་གི་གཤིན་པོའི་བྱིས་དུ་ཐེབས་ནས་
ཐར་མདོ་འདོན་ཞིང་བྱིས་ཆང་གཅིག་ནས་ཤོག་གངས་འགའ་བཏོན་རྗེས་བྱིས་ཆང་གཞན་དུ་ཐེབས་འགོ་
འདྲི་ལྟར་ཟེ་བའི་ནང་གི་གཤིན་དག་གི་བྱིས་དུ་རེས་མོས་བྱེད་པ་ཡིན། བྱིས་ཆང་གཅིག་གིས་གོ་རེ་གཅིག་
རེ་འབུལ་བ་ཡིན།

ཡོན་ཏན། དགོན་པའི་དགེ་འདུན་པ་ལྷ་སྐབས་ལྷ་མོར་གོ་རེ་བཅའ་བའི་སྤྲུལ་ཞིག་ཡོད་དམ།

དགོན་མཆོག་ཐར། དགོན་པའི་དགེ་འདུན་པར་ལྷས་ཏེ་ཆོ་ག་སྐབས་སྐབས་བུད་མེད་ཆོས་ཉིན་བཞིན་སྤྲུལ་
མོར་གོ་རེ་བཅས་ཏེ་འབུལ་དགོས། ཨ་མཆོད་མ་བཞུགས་ན་བགོས་སྐལ་འཛིག་པའི་སྤྲུལ་ཡོད།

ཡོན་ཏན། དགེ་འདུན་པར་འབུལ་བ་ཇི་ལྟར་འབུལ།

དགོན་མཆོག་ཐར། ཚུན་ཆད་དགེ་འདུན་པར་བྱེ་བྲེ་གང་དང་ཅམ་པ་བྲེ་གང་། གོ་རེ་བཅས་འབུལ་སྤྲུལ་
ཡོད་པ་མ་ཟད། གཞན་ཞིང་ས་འབུལ་བའང་ཡོད། དགེ་འདུན་པ་ནམས་ཕྱིར་དགོན་པར་ཐེབས་རྗེས་རང་
རང་གི་ཤག་ནས་ཉིན་བདུན་ལ་ཆོ་ག་སྐར་གསུངས་པ་ཡིན།

ཡོན་ཏན། ལགས་སོ། དའི་བཅར་འདྲི་དང་ལེན་བྱས་པར་བཀའ་དྲིན་ཆེ། མཐར་ཉིད་ཀྱི་ལུས་སེམས་བདེ་
ཞིང་སྐྱེ་ཆོ་བརྟན་པར་སྟོན།

མཇུག་གཏམ།

སྐབས་འདིར་ཐོན་དུས་ད་དུང་འདྲི་གཞི་མང་པོ་ཞིག་སྤྱག་འདུག་ནའང་ཡོད་ཆད་འཕྱི་རྒྱ་ལག་པོ་རེད།

རྒྱ་མཚན་དུས་ཚིག་དང་རྒྱ་ཆ་སོགས་ཀྱིས་མི་འདང་བ་མ་ཟད། ཁོ་པོར་རིག་གནས་རྒྱ་ཚད་ཞན་པས་
 མཚམས་མི་འཛིག་ཀྱི་མེད་བྱུང་། གོང་དུ་བཤད་པའི་སྒྲིལ་རེ་འགའ་ད་ལྟ་ཉམས་འདུག་མོད། འདིར་
 བཀོད་ཡོད། རྒྱ་མཚན་ཁོ་པོས་བྱམ་མིན་གྱི་རིག་གནས་འདི་ཤིང་པ་འགའི་ཁ་ན་མ་གཏོག་མེད་པ་འཛོང་
 བས་བཟོད་མ་བྱུང་པར་འཕྲི་བྱུང་བ་ཡིན། ཀྱན་གྱིས་མཚུབ་སྟོན་དང་དག་བཅས་བྱེད་པར་འཚལ།
 མདོར་སྒྲིལ་ན་བོད་ཀྱི་དུར་ལས་བྱེད་སྒྲངས་ལ་སངས་རྒྱས་ཚོས་ལུགས་ཀྱི་ཤུགས་རྒྱུན་ཆེན་པོ་ཐེབས་ཡོད།
 ཚོས་གཞུང་དུ་བྱང་བོ་འབྱུང་བ་བཞི་ལས་བྱུང་པར་བཤད། དེ་བས་འདས་རྗེས་རང་བྱུང་ཁམས་ཏེ་འབྱུང་
 བ་བཞི་ལ་འཐིམ་དུ་འཇུག་པ་རེད། རྒྱ་དུར་དང་བྱ་གཡེང་སོགས་ཀྱི་འབྱུང་བ་བཞི་མཚན་བཞིན་ཡོད།
 འདིས་ཀྱང་བྱམ་མིན་རིག་གནས་འདི་ལ་སྤང་སྟོབ་ཀྱི་རུས་པ་ཕྲན་བྱ་རེ་ཐོན་བྱུང་པར་སྟོན།

བཅར་འདྲི་བྱེད་མཁན། ཡོན་ཏན་ཡར་འཕེལ།

བཅར་དྲི་བྱེད་ལ། དགོན་མཚོག་ཐར།

བཅར་འདྲིའི་དུས་ཚིག་ 2016.3.5

རྒྱལ་མོ་དགོན་གྱི་གདུང་རྫོགས་ཕྱིང་སྤྱངས་སྐོར་རགས་ཙམ་སྤྱིང་བ།

འཇིགས་མེད་བཟོད་པ། རྒྱལ་མོ་དགོན།

[ནང་དོན་གནད་བསྟུན།] འདིའི་ནང་དུ་རྒྱལ་མོ་དགོན་པའི་སྤྱིར་བཏང་གི་བྲ་བའི་གདུང་རྫོགས་ཕྱིང་སྤྱངས་
དང་དེ་ལས་འཕྲོས་ཏེ་བྲ་གྲོང་གི་འདས་མཆོད་རྒྱུ་བ་ཚུལ་མི་འདྲ་སའི་ཁྱད་པར་རུང་ཙམ་ཞིག་སྤྱིང་ཡོང།

དང་གོ་ལེམ་པོ་བདག་ཕྱིང་ཚུལ།

གཤེགས་མ་ཐག་ཏུ་རང་གི་ཆོ་བའི་བྲ་བ་རྣམས་ལ་བད་བཏང་ནས་སྤྱར་དུ་འཕྲོག་དགོས། འགོ་མཚུག་
བར་གསུམ་གྱི་བྲ་བ་ཆང་མ་རང་གི་ཆོ་བའི་བྲ་བ་རྣམས་ཀྱིས་འགན་འཁུར་དགོས་པ་ལས་རང་གི་ཤ་ཆ་ཉེ་
རིང་སོགས་ལ་བཀོད་སྤྱིག་ཕྱིང་པའི་དབང་ཆ་མེད། དེ་ནས་དབུགས་ཆད་མ་ཐག་ཏུ་སྤྱབས་འཇིག་ན་བྲ་
བ་ཀན་པ་སྐྱུ་ཡོན་ཅན་ཞིག་གིས་སྤོང་ལ་འདོན་པ་དང་། གལ་ཏེ་ཁོས་ཡོང་མ་བྱུང་ན་སྤོང་ལ་བདེ་གཤེགས་
བརྒྱུད་ཀྱི་མཆོད་བཟོད་དེ་མལ་ས་སྤོར་དགོས། ལེམ་པོ་མཆོད་ཁང་གི་མདུན་དུ་སྐྱོང་ཉལ་སྤྱབས་ཀྱིས་
བཞུགས་ཤིང་སྤྱིང་དུ་ཆོས་གོས་བཀའ་ཏེ་གཞག་དགོས།

གཉིས་པ། གཤེན་ཚོས་སྤྱབ་པའི་རིམ་པ།

དང་ཐོག་གཤེགས་མ་ཐག་ཏུ་ཆོགས་ཆེན་ཁྲི་རིན་པོ་ཆེ་དང་། ཆོགས་ཆེན་དབུ་མཛད། ཆོགས་ཆེན་
ཞལ་ངོ་བཅས་ལ་སྤོང་གཞུང་ཚུལ་དགོས། ཆོགས་ཆེན་ཁྲི་བ་དེ་མ་ཐག་ཏུ་གདན་འདྲན་ཞུས་ཏེ་གཤེགས་
པོའི་སྤྱོད་མགོ་ལ་ལེབས་ཤིང་བཟོད་བ་གསུངས་ལ། ལེབས་ཚུལ་ཡང་ཆོས་སྤོང་མཚན་པས་ཏེ་ཆོགས་མགོ་ལ་
ལེབས་པ་ནང་བཞུགས་དགོས། ཆོགས་ཆེན་ཁྲི་བ་གདན་འདྲན་མ་ཞུས་གོང་དུ་ཐུག་གཞན་དག་
གདན་འདྲན་ཞུ་སྤོང་མེད། རང་གི་ཤོག་པའི་བྲ་བ་ཡོད་ཆད་ལྟ་ཆང་གི་སྤོང་ལ་མེར་སྤོང་བསྤྱིགས་ཏེ་ཐེག་
གདབ་པ་དང་ཀར་འཁུལ་བ་སོགས་བྲ་བ་ཆང་གི་བཞུགས་གནས་བཀོད་སྤྱིག་ཕྱིང་པའི་སྤོང་ཡོད། སྤོང་ཞིག་
ཡིན་ན་དེ་མ་ཐག་ཏུ་དུང་བད་བརྒྱུ་སྤོང་དགོན་པའི་བྲ་བ་ཀན་པ་ལེབས་མི་བྱུང་མཐའ་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་
བྲ་བ་ཆང་གི་སྤྱིང་སྤྱུག་གཅིག་ཡིན་པའི་བྲ་བ་ཆང་མ་སྤོང་ལས་གསུང་དུ་ལེབས་དགོས་ལ། ཆོགས་ཆེན་དབུ་
མཛད་ཀྱིས་དབུ་བསྐྱལ་བ་དང་མཉམ་དུ་བྲ་བ་ཆང་གི་བྲ་བ་ཡོངས་ཀྱིས་སྤོང་ལས་རྣམས་སྤོང་། སྤྱི་རིམ་རྣམས་

གསུམ་པཅས་འདོན་པ་དང་། སྒྲོན་ལམ་འདོན་མཁན་དག་ལ་འབྲལ་བའི་ཚུལ་དུ་ཀ་ར་གསུམ་ནས་ཐུ་
ལྷོར་བ་ལས་དེ་ལས་མང་བ་སྟེར་སྒོལ་མེད། དེ་ནས་འདས་པོའི་འཛིན་གྱིད་གྲ་བ་རྣམས་རྩིས་ལ་བཞུགས་
ཏེ་བསྐྱར་དུ་སྒྲོན་ལམ་རྣམས་ཐུ་དང་། མཛོན་རྟོགས་རྒྱན། དབུ་མ་འཇུག་པ། སྒྲུ་རིམ་རྣམས་གསུམ་སོགས་
བསྐྱར་དུ་གསུངས།

དེའི་རྩིས་གྲ་བ་དེ་ལ་ཆ་རྒྱུན་ཅུང་ཙམ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ཆོ་བའི་གྲ་བ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་ནས་ཞལ་ཟས་
བཞེས་ལ། གྲ་བ་དེ་ལ་ཆ་རྒྱུན་མེད་ཆོ་གྲ་བ་རྣམས་རང་རང་གི་ཤག་ལ་ཤེབས་ཤིང་བསོད་སྟོམས་བཞེས་ཏེ་
བསྐྱར་དུ་སྒྲོན་ལམ་དང་རྒྱན་འཇུག་སོགས་གསུང་ལ། དགོང་མོར་གྲ་བ་དེའི་ཤག་ཏུ་སྔོང་མཁན་མེད་ཆོ་
ཆོ་བའི་གྲ་བ་རྣམས་པ་འགས་དུར་འཇུག་བྱེད་པའི་བར་སྤང་དགོས། བཅ་པོའི་ཅར་བྱི་དང་ཞི་ལ་སོགས་འགོ་
ཅ་འཇུག་མི་ཅུང་། ཕྱི་ཉིན་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་གསར་ཆོགས་ཀྱི་དུང་བད་རྒྱབ་པ་དང་མཉམ་དུ་སྒྲོན་ལམ་
ཆོགས། གལ་ཏེ་ཆོས་ཐོག་ཏུ་ཞེལ་ཡོད་ཆོ་དབུ་མཛད་དང་ཞལ་ངོ་གཉིས་བྲོས་བྱས་ཏེ་དུས་ཚོད་ཀྱི་བར་སྔོང་
དང་བསྐྱར་ནས་སྒྲོན་ལམ་ཆོགས་པར་བཀོད་སྒྲིག་བྱ་དགོས། བཅ་པོ་ཉིན་དུ་ལ་ཤག་ནས་འཛིན་ན་ཉི་མ་
རེ་རེ་བཞིན་སྒྲོན་ལམ་འཆོག་དགོས།

དེ་ནས་རྩིས་པ་ཞིག་གི་སར་སོང་ནས་གཤིན་རྩིས་བྱས་ཏེ་རིམ་གྱི་ཅི་ཡོད་པ་དག་བསྐྱབ་དགོས་པ་དང་།
རང་གི་སྐྱེས་ལྟ་ཡང་རྩིས་ལ་གསལ་བ་ལྟར་སྐྱབ་བཞེངས་ཏེ་ཆོགས་ཆེན་འདུ་ཁང་སོགས་སུ་འཛོག་སྒོལ་
ཡོད། གྲ་བ་རྣམས་པ་འདོན་པ་ལ་བྱུང་རྒྱབ་ཡོད་པ་བཞིས་བདེ་གསང་འཇིགས་གསུམ་གྱི་བདག་འཇུག་དང་
ཀུན་རིག་བཅས་ཉིན་བཞིའི་རིང་ལ་བདག་འཇུག་ལེན་པ་དང་། དེ་མིན་ཆ་རྒྱུན་ལ་བརྟམས་ཏེ་ལམ་ཐུགས་
དང་ཐར་མཛད་སོགས་ཉིན་བདུན་ཡས་མས་ལ་སྒྲོག་འདོན་བྱེད་པའི་སྒོལ་ཡོད།

གསུམ་པ། འཕོ་བ་འདེབས་པ།

རང་གི་ས་ཆའི་སྒྲ་མ་མཐོ་ཁག་ཅིག་གདན་དྲངས་ཏེ་སྒྲ་མ་དེའི་འཕོ་རྩིས་སོགས་ཁྱེར་ནས་ཤེབས་ལ།
སྒྲ་མ་རྟོགས་པ་མཐོན་པོ་ཅན་ཞིག་ཡིན་ན་རྟོགས་ཀྱང་ཁྱེད་པར་བ་སོགས་སྟོན་རྒྱ་ཡོད་པར་བཤད།

བཞི་བ། བཅ་པོ་བྱར་གཡེང་བྱེད་པ།

སང་ཉིན་དུར་འཇུག་བྱེད་པའི་དབང་དུ་བཏང་ན། དེ་རིང་ཉིན་གྱི་ནས་ཆོ་བའི་གྲ་བ་རྣམས་ཀྱིས་
གདུང་བཅོས་བྱེད་པའི་སྐོར་ལ་སྒོམ་བསྐྱར་བྱས་ཏེ་སང་ཉིན་ཅི་དགོས་ཀྱི་ཡོ་བྱེད་རྣམས་ཆོགས་སུ་རྒྱུང་པ་

བྱ་དགོས། རོ་ལས་བྱེད་མཁན་དེ་ཡང་ཉེ་རིང་དང་སྟོབ་མ་སྟགས་ཀྱིས་ལག་མི་ཁེལ་ལ། ཚོ་བའི་གྲ་བ་རྣམས་
 རེས་འཁོར་ཏེ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་ལ། གྲ་བ་གཉིས་དང་གསུམ་ཙམ་ལ་ཚགས་བཅུགས་ཏེ་གདུང་བཙོས་བྱ་
 དགོས། བཅའ་པོ་འབྱེད་བྱེད་ལ་ཤིང་འདྲམ་པ་གསུམ་ཙམ་ཡོད་པ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་ཐག་པས་བསྐྱེལ་ཏེ།
 དེའི་བར་དུ་བཅའ་པོ་བཞག་སྟེ་ཐག་པས་དམ་པོ་ཞིག་བཅིངས་ནས་སྟེང་དུ་ཚོས་གོས་བཀའ་ནས་འབྱེད་ལ།
 བཅའ་པོ་མ་ཁྱེད་གོང་དུ་གྲ་བ་ཞུན་པ་འགས་བཀྲ་ཤིས་བཅེགས་པ་དང་གཡང་འབོད་སྟགས་གསུངས་ཚར་
 བ་དང་མཉམ་དུ་བཅའ་པོ་འབྱེད་དགོས། ཐོག་མར་རིག་མཁན་དེ་ཅིས་ལ་གསལ་བའི་ལོ་རྟགས་གང་བབས་
 ཡོད་ན་དེའི་ཐོག་མར་བཅའ་པོར་རིག་དགོས་པ་ལས་གཞན་པ་གང་ཡིན་གྱིས་རིག་མི་ཆོག།

དུར་ལས་བྱེད་སྐབས་ནངས་དུས་ཚོགས་ཆེན་མཁར་རྩ་མ་བུར་གོང་དགོན་པར་གཡས་སྐྱོར་གཅིག་
 བརྒྱབ་ཤིང་དུ་འབྱེད་དགོས། གསར་ཚོགས་ཀྱི་དུང་སྒྲ་ན་བའི་ཐོས་ས་ཤིག་ནས་འདུག་དགོས།
 དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི་འདས་པོ་རང་ཉིད་ཚོགས་ཤིང་ལ་མ་ཚོད་པའི་ངེས་ཤིང་མི་སྒྲེ་པའི་ཕྱིར་དུ་ཡིན་པར་བཤད་
 སྟོལ་ཡོད། གང་མེར་མའི་དར་རྩྭ་གཅིག་དར་ཤིང་རིང་ཐུང་འོས་འཚམ་ཞིག་ལ་བཏགས་ཏེ་བཅའ་པོ་ཁྱེད་
 མཁན་རྣམས་ཀྱི་སྟོན་དུ་འགྲོ་དགོས། བཅའ་པོ་ཁྱེད་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་གང་མེར་མའི་དར་ཤིང་འབྱེད་མཁན་
 དེའི་འགྲོས་དང་བསྐྱེད་ནས་འགྲོ་བ་ལས་དེའི་སྟོན་དུ་འབྱེད་མི་ཆོག། བཅའ་པོ་ཁྱེད་མཁན་རྣམས་རེས་འཁོར་
 ཏེ་དུར་ཁྱིམ་ལ་ཚོན་རག་བར་བཅའ་པོ་ཐང་དུ་འཛོག་མི་ཅུང་། དེའི་རྒྱ་མཚན་ནི་གང་ནས་སར་བཞག་ན་
 དེ་ནས་གཤེན་པོའི་སྒྲ་གནས་དེ་གར་འཕོ་འགྲོ་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཡིན་པར་བཤད་རྒྱུ་ཡོད། དུར་ཁྱིམ་
 དུ་ཐོན་མ་ཐག་བཅའ་པོ་འཛོག་སའི་ས་འོག་དུ་ས་བདག་སྤྱིང་གཏེར་ཞིག་དབུལ་དགོས།

གཤེན་ཅིས་ཀྱི་ནང་དུ་ཕྱོགས་གང་སར་གཡོལ་དགོས་པར་བབས་ཡོད་ན་དེའི་ཕྱོགས་སུ་ཚོས་སྒྲུམ་སྟགས་
 བརྒྱད་དགོས་པ་དང་། ས་ལམ་སྐབས་གསུམ་བཞེད་ནས་ས་གསུམ་སྟེ་དགའི་ཉེན་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་
 ཞེས་པ་དང་མཉམ་དུ་གཏེར་བཞག་ཡོད་པ་དེའི་སྟེང་དུ་སེལ་ཉལ་སྐབས་ཀྱིས་བཞག་སྟེ། ཅུང་མ་ཡོད་ན་
 སྟེང་དུ་ཚོས་སྒྲུམ་བཀའ་བསྟེ་འཛོག་ལ། གང་མེར་མ་དེའི་བར་ཐག་འོས་མཚམས་ཤིག་གི་སར་འབྱུགས་ཤིང་།
 དར་ཤིང་གི་ཡུ་བར་དཔྱ་ཐག་ཅིག་དཀྱིས་ཏེ་དེའི་སྟེ་མོ་འདས་པོའི་ལག་པ་གཡས་པར་དམ་པོ་ཞིག་བཅིངས་
 བས་འཛོག།

རང་ཉིད་འཛོན་གྲ་གང་ཡིན་པ་དེའི་གྲ་བ་མེབས་སྐབ་པ་ཚང་མ་ངེས་པར་དུར་ཁྱིམ་དུ་མེབས་ཏེ་སྟོན་

ལམ་དང་རྒྱན་འཇུག་སོགས་གསུངས་སྒྲུབ་ཡོད། བེབས་མི་ཐུབ་པའི་ཆུན་པ་སོགས་ཡོད་ན་དགོན་མཐའ་
ནས་དུར་ཁྱོད་ཀྱི་ཚྭ་གས་སུ་ཁ་གཏང་དེ་སྒྲོན་ལམ་གསུངས་སྒྲུབ་ཡོད། ཟླ་བ་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲོན་ལམ་དང་ཆ་
གསུར་བསྐྱོད་པ་དང་མཉམ་དུ་ནངས་ཇ་བཞེས། དེ་ནས་རྒྱན་འཇུག་དང་བྱམས་པའི་སྒྲོན་ལམ་སོགས་
གསུངས་ཏེ་བྱ་འཁོར་བའི་བར་དུ་བསྐྱེད་ནས་འདུག་དགོས། རོ་ལས་བྱེད་མཁན་རྣམས་ཀྱིས་རང་ལས་
ཆུན་པའི་ཟླ་བ་ཞིག་ཡིན་ན་བྱ་མ་འཁོར་གོང་དུ་ཐོག་མར་བེམ་བོར་ཕྱག་གསུམ་འཆའ་དགོས་ལ། དེའི་རྒྱ་
མཚན་ནི་གྲུས་བཀྲར་བྱེད་པའི་མཚན་རྟགས་ཡིན།

དེ་ནས་བེམ་བོ་བྱས་ཟས་ཆར་རྩས་པའི་སྤྱིང་དུ་ཆུམ་པ་བཏབ་ལྟེ་བརྟུངས་ཤིང་དེའི་སྤྱིང་དུ་ཁྲུང་
པ་གཏོར་ཏེ་ཤ་ཆོལ་སོགས་མ་བྱས་པར་བྱ་གཡེང་བྱ་དགོས་ལ། ཁྲུང་པ་གཏོར་མཁན་དེ་ཡང་ངེས་པར་དུ་
ཆུན་པ་ཞིག་ཡིན་དགོས་ཏེ། ལོ་ན་རྒྱུད་བཞིག་གིས་གཏོར་ན་རང་ཉིད་ཀྱི་བསོད་ནམས་ལ་གནོད་པར་
བཤད། རྩོད་པའི་རུས་པ་རུང་བཟུང་ཅིག་བསྐྱེད་ཏེ་ཉར་ཆགས་བྱེད་དགོས་ལ། དེའི་དགོས་པ་འོག་ཏུ་
འཆད་པར་བྱའོ།

ལྷ་བ་མཐོ་རུས་སྐྱབ་པ།

ཁྲུང་རུས་གཏོར་མཁན་ཀྱིས་ཐོད་རུས་རུང་ཅམ་ཞིག་མེར་བསྐྱེད་ཏེ་རུས་པའི་ཐལ་བ་བསྐྱེད་ནས་ཐུམ་
ཞིག་ཏུ་བརྟུག་ནས་ཁྱེར་ཡོང་ཞིང་། ཉིན་ཞག་ཞེ་དགུ་དང་ཉེར་གཅིག་སོགས་སུ་མཐུན་རྒྱུན་ལ་ཞུགས་ཏེ་
ཁྱུས་ཆོག་གསུང་བ་དང་ཆ་གསུར་བསྐྱོད་པའི་སྒྲུབ་ཡོད་ལ། མང་ཇ་སྐོལ་དུས་ཆོགས་བར་དུ་བཀྲམ་པ་དང་
ཁྱུས་ཆོག་སྐྱར་བར་བྱེད། ཞེ་དགུ་སོགས་ཆར་རྩས་ས་དམར་གྱི་ནང་དུ་བསྐྱེད་ནས་སྐྱུ་དཔར་ལྟེ་དགོན་
པའི་མ་ཉི་འཁོར་ཁང་གི་འཁོར་མའི་འོག་ཏུ་འཛོག་ལ། གཞན་ཡང་གནས་ཁམས་ཆེན་དང་དུར་ཁྱོད་གསུམ་
ཆེན་སོགས་སུ་འགྲོ་བའི་ཆ་རྒྱུན་ཡོད་ན་དེ་གར་ཐོད་རུས་སྐྱག་མ་འཁྱེར་ཏེ་འཛོག་སྒྲུབ་ཡོད་པ་དང་། རྩོན་
ཆད་དུར་ཁྱོད་གསུམ་ཆེན་སོགས་སུ་ཐོད་རུས་ཁྱེར་ཏེ་བཞག་ན་བྱ་འཁོར་བ་སོགས་བཤད་རྒྱུན་ཡོད།

དུག་པ། མང་ཇ་བསྐྱོལ་བ།

གཤམ་པའི་རྒྱ་ལོར་ཡོད་དོ་ཅོག་བཙོང་ལྟེ་མང་ཇ་སྐོལ་བྱེད་དུ་གཏོང་དགོས་ལ། གཤམ་པོ་དའི་ཆ་བྱ་
དང་རྒྱུན་སོགས་ཡོད་ཀྱང་གཤམ་པོ་ཁོར་ཉིད་ལ་དབང་བའི་ཁང་བ་དང་རྒྱ་རྩམ་ལ་རིན་གོང་བཅད་
དེ་ཉི་བ་ལས་གང་འདོད་དུ་འཛིན་མི་ཆོག་། རིན་གོང་གཙོད་མཁན་རང་གི་ཆོ་བའི་ཟླ་བ་རྣམས་ཡིན་པ་

ལས་གཞན་གྱིས་གང་འདོད་དུ་རིན་གོང་གཙོད་མི་ཆོག།

ཚོན་ཆད་ཡིན་ན་སྤྱན་དང་ཉེ་རིང་སོགས་གྱིས་མཚོད་མེ་ཞིག་བྱིར་ཡོང་སྟེ་འདས་པོའི་ལྷས་མགོ་ལ་
འཛོག་སྟོལ་ཡོད་པ་དང་། དེར་སྐབས་འཆོ་བའི་ཆ་རྒྱུན་ཟེ་བཟང་དུ་སོང་བ་དང་བསྟན་ནས་མར་དང་
སྒྲོར་མོ་སོགས་རང་གི་ཆ་རྒྱུན་ལྟར་འབྱེར་སྟོལ་ཡོད། བྱིར་ཡོང་བ་ཚང་མ་ཡི་གེར་བཀོད་དེ་རྗེས་སྟོགས་དེ་
གའི་བྱིམ་མི་སོགས་མ་འཆམས་ཆོ་འདས་པོའི་སྐུ་ཡུལ་ནས་རེ་རེ་བཞིན་བྱིར་དེ་དང་མཐུན་པར་འབྱེར་
དགོས།

དེ་ནས་མང་ཇ་བསྐོས་བའི་ཉེ་མ་གཏན་ཁེལ་བྱས་པའི་ཉིན་དེར་གྲུ་བ་རྒྱམས་ལ་འབྱེལ་གཏོང་བ་དང་
གོང་ཆོགས་འདྲེན། གྲུ་བ་རྒྱམས་གྱིས་འདས་པོའི་དགེ་རྩལ་ནངས་དུས་འཇིགས་བྱེད་ཀྱི་ཆོ་ག་གསུངས་པ་
དང་། ཉིན་གུང་ཀུན་རིག་གི་ཆོ་ག་ཆོས་སྤྱོད་སོགས་གསུངས།

བདུན་པ། གྲུ་བོང་གི་མི་འདྲ་སའི་བྱུང་པར་ཅུང་ཙམ་བཤད་པ།

གྲུ་བོང་གཉིས་ཀྱི་འདས་མཚོད་སྐབས་སྐབས་པལ་ཆེར་གཅིག་འདྲ་ཡིན་ནའང་མི་འདྲ་ས་གཙོ་བོ་ནི་བེམ་
པོ་འཛོག་སྐབས་དང་། དགེ་ཅ་རྒྱབ་སྐབས་འདུན་བྱེད་སྐབས་སོགས་ལ་བྱུང་པར་ཆེན་པོ་ཡོད། ད་དུང་
དར་མ་དང་ཆན་པ་གཉིས་ཀྱང་འདུན་བྱེད་སྐབས་ཡང་མི་འདྲ། དེ་ལས་གཞན་སྟེ་བསམ་པ་དང་བསམ་པ་
ན་ནས་ཤི་བ་སོགས་ལ་འདྲ་བྱུང་པར་ཡོད། གྲོང་བ་ཞིག་ཡིན་ན་ཤི་མ་ཐག་དུ་དགོན་པར་སོང་སྟེ་གྲུ་བ་
ཆན་པ་ཞིག་གདན་འདྲན་ཞུས་ཏེ་སྒྲོན་མ་ཆར་གཅིག་བཏོན་ནས་མལ་ས་སྤྱོར་ལ། བེམ་པོ་འཛོགས་བྱིམ་
ཆེན་གྱི་སྒོ་ནང་དུ་འཇུ་ལ་ཆོ་ག་ཡས་སྟོགས་ཀྱི་གྲུ་བྱུར་ནས་གདན་གཙང་མ་ཞིག་བཏོངས་ཏེ་ཁ་གན་རྒྱལ་
དུ་བསྐྱལ་བའི་སྟེང་དུ་ཤོན་པ་གསར་བ་ཞིག་གིས་བཀའ་སྟེ་འཛོགས། གཞོགས་གཉིས་ལ་ཅོག་ཅོད་མའལ་བ་
གཉིས་མགོ་བསྟོལ་ཏེ་འཛོག་ཅིང་། ལྷས་མགོར་མཚོད་མེ་རྒྱུན་ཆད་མེད་པར་བསྐྱོན་དགོས། གཤིན་ཅིས་ཀྱི་
ནང་དུ་བབ་པ་སྟེ་རིམ་གྲོ་ཅི་ཡོད་པ་དག་འདོན་དགོས་ལ། བདག་འཇུག་ལེན་སྐབས་གྲུ་བ་དང་འདྲ་མོད།
འདུན་བྱེད་སྐབས་ལ་ཅུང་བྱུང་པར་ཡོད་དེ། གྲུ་བ་ལ་འདུན་བྱེད་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་མེད་ལ། གྲོང་བ་རྒྱམས་
གྱིས་བདུན་སྟག་གཅིག་དང་གཉིས་ཞེ་དགུ་སོགས་ལ་གདུང་མི་བཟུ་བ་དང་གོམ་བ་རྟིང་བ་བྱོན་པ་སྐྱ་
རགས་སྟུན་དུ་མཐུད་པ་དང་། བྱིམ་ཆང་དེའི་བྱིམ་མི་ཆང་མས་ལོ་གཅིག་གི་རིང་སྐུ་གར་དང་སྟོན་མོ་
སོགས་མི་བྱེད་པར་མ་ཟད་གཞན་གྱི་སྟོན་མོ་སོགས་སུ་ཡང་ཞུགས་སྟོལ་མེད། ཟླ་བ་གང་ནས་མི་དར་མ་

དང་ཆན་པ་གང་ཞིག་གི་ཡང་ཉིན་དེ་ནས་བཟུང་ཉིན་མོ་ཁྱིམ་ཚང་རེ་རེ་ཡི་སྒྲིམ་པ་གཅིག་རེ་ངེས་པར་དུ་
ཡོང་སྟེ་ལས་ཀ་གང་ཡོད་ཚང་མ་ལས་བགོ་བྱས་ནས་བྱ་གཡེང་བྱེད་རགས་པར་དུ་འཁོར་དགོས། ལོ་ལོ་ན་
རྒྱུས་རང་འཐད་ཀྱིས་ཡོང་སྟེ་མ་ཁི་འདོན་པ་དང་ཡི་གེ་ཤེས་མཁན་ཡོད་ན་རྫོང་གཙོན་པ་སོགས་འདོན་
པའི་སྒོལ་བཟང་བོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད།

ཟླ་གར་སོགས་མི་རོལ་ཅིང་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་ལག་ཏུ་བྱེད་བ་དང་མ་ཁི་འཁོར་ལོ་བཟང་ཞིང་དག་
ནས་མ་ཁི་འདོན་པ་དང་། དགོང་མོར་ནོར་ལྷག་ཚང་མ་བསྐྱས་རྩེས་སྟེ་བའི་ནང་གི་ཕོ་མོ་ཆན་གཞོན་
མེད་པར་ཚང་མ་དེ་གར་འདུས་ཏེ་ཟླ་བ་རྒྱུས་ཀྱིས་མ་ཁི་འཁྲུག་དབྱངས་གྱི་ཚིག་རྒྱུ་གཉིས་རེ་བཏོན་
རྩེས་གྲོང་བ་རྒྱུས་ཀྱིས་མ་ཁི་དབྱངས་སྒྲུབ་ཀྱིས་འདོན་པ་དང་། དེའི་མིང་ལ་མ་ཁི་བསྐྱལ་བ་ཟེ། དེའི་
རྩེས་ལ་སྒྲིམ་པ་རྒྱུས་ཀྱིས་གདུགས་རིང་དང་མདོ་བཅས་བསྐྱང་ལས་འདས་པ་འདོན་པའི་སྒོལ་མ་ཉམས་
པར་ཡོད། ཟླ་བ་རྒྱུས་གཤེགས་ཚེ་མ་ཁི་བསྐྱལ་བའི་སྒོལ་མེད། བྱ་གཡེང་བྱེད་སྐྱངས་ལས་གཞན་ཚང་མ་
ཟླ་གོང་གཉིས་འདྲ་མོད་མི་འདྲ་ས་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་གྲོང་བའི་བཅའ་པོ་ཤིང་རྟའི་ནང་བཞག་ནས་བྱར་གཡེང་
བྱེད་དུ་འགོ་ལ། དེའི་རྒྱ་མཚན་གསལ་བོ་ཞིག་མ་མཐོང་མོད་འོན་ཀྱང་ངས་བསམ་ན་སྐབས་བདེ་བསྐྱེན་
པ་ཅན་ཡིན་པར་སྒྲུལ།

ས་ཆ་ལ་ལར་དོན་རྒྱུན་གྱིས་གི་བ་དང་རྩྱང་རེས་བྱས་ཏེ་བསད་པ་སོགས་ཡིན་ན་བཅའ་པོ་ཁྱིམ་དུ་ཁྱེར་
མི་ཡོང་བར་གནས་དེ་ནས་བསེགས་པའི་སྒོལ་ཡོད་མོད། འོན་ཀྱང་ང་ཚོའི་ས་ཆ་ནས་དེའི་རིགས་གང་
ཡིན་ཡང་བཅའ་པོ་ཁྱིམ་དུ་ཁྱེར་ཡོང་སྟེ་སྒྲིམ་བཏང་གི་མི་ཞིག་གི་བ་དང་འདྲ་བར་ཁྱེད་པར་མེད། དེ་ལྟར་
གྲི་སོགས་ཀྱིས་བསྐྱེན་ཏེ་གཙུག་ཤེ་འཁོར་ལོར་བཏང་བ་དང་མེར་བསེགས་པ་གང་ཡིན་ཡང་དུམ་བུར་གདུབ་
པ་དག་བཏུས་ཡོང་སྟེ་ཁྱིམ་ནས་དགོ་ཚ་སྐྱབ་པར་བྱེད། དེའི་རིགས་གཞན་དང་མི་འདྲ་བར་བྱར་གཡེང་
མི་བྱེད་པར་རོ་སྟེག་ཁང་ཞིག་ཏུ་ཁྱེར་ཏེ་བསེགས་ཏེ་བྱས་ཐལ་དུར་ཁྱོད་དུ་ཁྱེར་ནས་གཏོར་དགོས་ཤིང་།
གཞན་ཚང་མ་གཅིག་མཚུངས་ཡིན།

བྱ་གཡེང་བྱེད་པའི་ཉིན་མ་དེ་གཤིན་པའི་དུས་སྐར་ཡིན་པས་སྟེ་མི་ཕོ་མོ་ཆན་གཞོན་མེད་པར་གཅིག་
ཀྱང་མ་ལུས་པར་སྟེ་མི་ཚང་མར་ཚུམ་པ་དང་གོ་རེ། མར་སོགས་ཀྱི་སྐལ་སྒྲེར་བ་དང་ཟ་མ་བྱུང་སྒོལ་ཡོད།
ལོ་གསུམ་གྱི་རིང་ལ་དུས་སྐར་གྱི་ཉིན་མར་གོང་གི་དེ་ལྟར་སྟེ་མི་ཚང་མ་བསྐྱས་ཏེ་ཟླ་བ་ཞིག་གང་དབྱངས་

ཏེ་མ་ཅི་བསྐྱལ་བའི་སྤྱིང་ཡོད།

བརྒྱད་པ། འཛེམ་བྱའི་སྐོར།

བེམ་པོའི་ཚུར་ཞི་ལ་དང་བྱི་སྟགས་གཏན་ནས་འགྲོ་ཅ་འཇུག་མི་ཉན། རྒྱ་མཚན་ནི་ཞི་ལ་སྟགས་ཀྱི་
 ལུས་སྤྱིང་ན་གྲ་ཡོད་པ་དེས་བེམ་པོར་རེག་ན་རོ་ལངས་རྒྱག་ཅེས་བཤད་རྒྱུ་ཡོད། དེའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་
 ཉེན་མཚན་གཉིས་ཀར་ནན་གྱིས་བསྐྱར་དགོས། གྲོང་བ་རྒྱམས་ལ་འཛེམ་བྱ་གཅིག་ཡོད་ནི་ཟླ་བ་དེའི་ནང་
 གི་བྱིས་ཆང་རེ་རེ་བཞིན་དུ་འཛེམ་སྤྱིང་ཡོད་པ་དང་། དེའི་མིང་ལ་ཤི་བོའི་ཞལ་འགྲོ་ཞེས་བརྒྱུད་ཅིང་།
 ལྷག་པར་དུ་ཉེ་རིང་སྟགས་ཀྱི་འཛེམ་བྱ་གཙོ་བོ་ཞིག་ཡིན་ལ། དེ་ལས་ཀྱང་ཆེས་ནང་དུ་བབས་ཡོད་པའི་
 མི་དཔེ་གཟབ་ནན་བྱེད་དགོས། དེ་སྟག་ན་ན་ཆ་བྱེད་པ་དང་ཤི་རྒྱེན་སྟགས་འབྱུང་ངེས་པས་དེ་ལ་ཤིན་དུ་
 གཟབ། དེའི་མགོ་གཞོན་གྱི་ཚུལ་དུ་བྱིས་ཆང་གཞན་པ་ཆང་མས་སྒྲོ་ཆེན་གྱི་སྤྱིང་དུ་སྒྲེ་བོ་ཞིག་ལ་སྐྱབས་སུ་
 བསྐོར་ནས་སྤྱིང་དུ་བྱིས་པ་ཀུན་ལྟེ་འཛོག་པ་དང་སྒྲོ་ཆེན་གྱི་སྐྱབས་ཀར་བོར་བ་ཞིག་སྤྱིང་བྱི་ངོས་སུ་འཛོར་
 ནས་བཞག་ན་ལ་གཞོན་སྐབ་པར་བཤད།

མཇུག་གི་གཏམ།

གཤེན་ཆོག་སྐྱབ་སྤངས་འདི་རྩ་བུ་ཞིག་འབྲི་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི་དེང་སྐབས་ཚོན་གྱི་ཡུལ་སྤྱིང་
 གོམས་གཤེས་མང་བོ་ཞིག་ཉམས་དམས་སུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་དང་། ལྷག་པར་དེང་སྐབས་བོད་མི་མང་
 བོ་ཞིག་མི་རེགས་གཞན་པའི་རྒྱུ་སྤྱིང་གི་སྤྱིང་རྒྱུ་དགའ་བ་དང་། རང་གི་ཡུལ་སྤྱིང་གོམས་གཤེས་མང་བོ་
 ཞིག་མི་ཤེས་པའི་ཁར་དེ་ལ་མི་དགའ་མཁན་ཡང་མང་བོ་ཞིག་ཡོད་པའི་རྒྱུ་གྱིས་མ་འོངས་པ་ན་འཛིགས་
 རྒྱུའི་ཉེན་ལ་ཡང་ཆེ་བས། ཐེངས་འདིར་དེའི་ཆེད་དུ་བཅར་འདྲི་བྱས་པ་རྒྱམས་ཡིག་ཐོག་དུ་ཕབས་ཅི་
 སྐབ་བྱས་པ་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་འདིའི་ནང་དུ་ཁོར་བ་དང་ཆད་ལྷག་མང་བོ་ཞིག་བྱུང་ཡོད་པར་གདོན་
 མི་བ་བས། གཞིགས་མཁན་རྒྱམས་ཀྱིས་ཐེར་འདོན་བྱེད་པར་འཆོག།

བཅར་འདྲི་བྱེད་སྐབས་མེད་བཟོད་པ།

བཅར་འདྲི་བྱེད་སྐབས་ཨ་བྲུ་ཚུལ་ཁྲིམས།

བཅར་འདྲི་བྱེད་སའི་ཐོབ་ཐང་། རྒྱལ་མོ་དགོན་པའི་གྲྭ་བ།

མདའ་བཞི་ཡུལ་གྱི་འདས་མཆོད་སྒྲུབ་རགས་ཙམ་སྒྲེང་བ།

སྒྲོ་བ་བཟང་ལེགས་བཤད། མདའ་བཞི།

[ནང་དོན་གནད་བསྒྲུབ།] མཆོད་འདིའི་ནང་གཙོ་བོ་སྒྲུབ་མེད་གཉིས་ལས་སྒྲུབ་པོའི་བྱ་གཞི་ལྟེན་སྣངས་དང་གཤེན་ཆས་སྒྲུབ་ཚུལ། འདུན་བྱེད་སྣངས་སོགས་ཀྱི་སྒྲོ་རྩལ་ཙམ་སྒྲེང་ཡོད།

དང་པོ་སྒྲེང་གཞི།

སྒྲུབ་མི་རིགས་གང་ཡིན་ཡང་སོ་སོའི་རང་གི་ས་མ་ཉེ་འབྲེལ་གྲོགས་པོ་སོགས་གང་ཞིག་ཆོ་ལས་འདས་ཆོ་དེ་ལ་འདས་མཆོད་བྱེད་སྣངས་མི་འདྲ་བ་སྒྲ་ཆོགས་ཡོད་པར་མ་ཟད་བོད་ཆོས་ཁ་གསུམ་ལ་ཡང་འདས་མཆོད་བྱེད་སྣངས་ལ་མི་འདྲ་བའི་ཁྱད་པར་རེ་ཡོད་ལ། བྱེ་བྲག་ཡུལ་ལྔ་མོ་སོར་ཡང་མི་འདྲ་བའི་ཆ་མང་པོ་འདུག་པས་འདིར་ཕ་ཡུལ་མཆོ་བྱང་མདའ་བཞིའི་ཚུགས་ཀྱི་འདས་མཆོད་བྱེད་ཚུལ་སྒྲོ་མདོ་ཙམ་སྒྲེང་བར་བྱའོ།

གཉིས་པ། བྱ་གཞི་ལྟེན་སྣངས་ཀྱི་སྒྲོ་བ།

མི་སྒྲུབ་ཡང་སྒྲེས་ནས་འཆི་དགོས་པ་ནི་སྤྱི་བའི་ཆོས་ཉིད་ཅིག་ཡིན་ལ་དེ་ཡང་འཇིག་རྟེན་ཁ་དབེར་སྒྲེ་བ་ལ་ཐ་གཞུག་ཡོད་ཀྱང་འཆི་བ་ལ་ཐ་གཞུག་མེད་ཅེས་པ་ལྟར་ན་ཆོད་ལ་ཆུན་གཞིན་མེད་པར་འཆི་དགོས་ལ་འཆི་བའི་ཆོ་ཡང་རང་གི་ས་མ་ཉེ་འབྲེལ་སོགས་ཀྱིས་བཅ་པོར་བདག་བྱས་ཏེ་དུར་ཁྲོད་ལ་བསྐྱལ་བ་སོགས་ཀྱི་ལས་བྱེད་སྣངས་མི་འདྲ་བ་སྒྲ་ཆོགས་ཡོད་མེད་འདིར་ཕ་ཡུལ་མདའ་བཞི་ཚུགས་ཀྱི་འདས་པོའི་བཅ་པོར་བདག་བྱེད་སྣངས་སྒྲོ་ནས་རང་ཡུལ་གྱི་ཆུན་རབས་དག་ལ་བཅར་འདྲི་བྱས་པ་གཞིར་བཟུང་ནས་རྒྱུད་ཙམ་སྒྲེང་ན། དེ་ཡང་མི་གང་ཞིག་འཇིག་རྟེན་ལས་འདའ་ཁར་དབུགས་མ་ཆད་པའི་ཐ་རྩལ་ཏུ་ལྷས་ཀྱི་གྲོན་པ་དང་འོག་གི་གདན་སོགས་ཇི་སྟབ་ལ་གཏོང་བ་དང་ཤི་བའི་སྐབས་ཀྱང་རང་གི་བྱ་དང་ཆོ་བོ། ཨ་ཁྲང་། ཨ་ཁྲུ་སོགས་ནང་མི་གང་ཅུང་གིས་གཤེན་པོའི་མགོ་སྒྲུབ་དགོས། བཅ་པོ་མ་བསྐྱལ་ཐོན་ལ་གཤེན་པོའི་སྒྲོ་བའི་དགོས། བཅ་པོ་མ་འབྱུག་བར་དུ་ཐུར་གྱི་སར་འཇོག་ལ། འབྱུགས་པའི་རྗེས་སུ་ཕལ་སྒྲུབ་ཅིག་འཁེལ་ནས་བཅ་པོའི་མགྲིན་པ་བསྐྱུར་དགོས། དེ་ནི་མགྲིན་པ་ལས་ཐུག་དང་སྒྲུ་སོགས་

མི་འབྲིན་པའི་ཆེད་ཡིན། དེ་ནས་ལག་གཉིས་ཐལ་མོར་སྒྱུར་བ་དང་བཅའ་པོ་ཅིག་ཅིག་བྱས་ནས་བཅིངས།
དེ་ལ་བྱམ་བཅིངས་ཟེར།

གཤེན་པོ་རང་གི་ཁྱོན་པ་ཞིག་གིས་བཅའ་པོར་དཀྱིས་ཤིང་དེ་ནས་སྤྲེའི་(ལ་སྐད་ལ་བྱ་བྱག་བྱ་བྱར་ལ་
རྟེན་རྟོ་རྟོ་ཞུས་མ་འོངས། བཅའ་ནས་བཅའ་པོ་དེའི་སྤྲེད་དུ་བཅའ་གྲུ་མགོར་ལས་སྒྲགས་སྒྲགས་ཆོས་
དུས་གང་ཅུང་ཞུས་ཤིང་མདུན་དུ་མཆོད་མེ་བསྟོན་ཏེ་དེ་ལ་ཡོལ་བ་འཐེན། བཅའ་པོ་ཁྱེད་རྒྱུ་ལ་
སྒྲགས་ཤིག་འོངས་ཏེ་ནི་ཤུལ་མའི་ཆོ་སྒྲིག་ལ་བར་ཆད་མེད་པར་སྒྲགས་ལས་སྒྲ་ཞིང་བརྟན་པའི་སྟོན་ལས་
བརྒྱབ་པ་ཡིན། བཅའ་པོ་འབྲུག་ཡོད་ཆོ་གཤེན་སྐར་གྱི་ཉིན་མོར་མ་སྒྲེབས་ཀྱང་བཅའ་པོ་བསྐྱལ་ཆོག་རང་
ཁྱིམ་དུ་བཅའ་པོ་ཞག་གཅིག་ལ་མ་བསྐྱལ་པར་བཅའ་བ་ཡིན་ན་རང་གིས་དང་འདུན་ཆེ་བའི་སྒྲ་མ་དང་དགེ་
བཤེས་གང་ཅུང་ལ་སྐར་མ་ལྟ་བུ་བཅུག་ནས་བསྐྱལ་དགོས་པ་ལས་གང་འདོད་དུ་མི་ཅུང་། དེའི་མིང་ལ་
སྐར་མའི་སྒྲ་མ་ཟེར། བསྐྱལ་ཡུལ་གྱི་གནས་དེར་རྒྱས་ཡོད་ཅིག་ཡིན་ན་བཅའ་པོ་མ་ཁྱེད་སྟོན་ལ་བརྟན་ཅུ་མ་
སོང་ཡང་ཆོག གནས་དེར་རྒྱས་མེད་ན་སྟོན་ལ་བསྐྱལ་ཡུལ་དེར་སོང་ནས་གསུམ་ལུལ་ཏེ་གཙང་དག་
བྱེད་པའི་ལྷགས་སྒོལ་ཡོད་ལ་རང་གི་པ་མ་ཡིན་ཆོ་བཅའ་པོ་མ་ཁྱེད་སྟོན་དུ་བྱ་བྱག་སྒྲགས་གྱིས་བྱས་འཚལ་
བའི་སྒོལ་ཡོད། བཅའ་པོ་འབྲེལ་སྐབས་རྒྱན་པར་འགྲོ་སྤངས་སྤར་སྤྲེའི་སྟོན་མི་ཁྱེད་པར་སྤྲེའི་དྲག་པར་
ནས་འབྲེལ་དགོས། བཅའ་པོའི་དོ་ཡ་ལོངས་པའི་ས་སྐྱེ་དེ་འགེལ་སའི་རྟ་དང་ནོར་གང་ཅུང་ལ་འགལ་བ་
ལས་རིགས་རྒྱད་མེད་པའི་དེལ་དང་མཛོ་ལ་བཅའ་པོ་དེ་མི་འགེལ། སྐ་གང་ཡིན་ཡང་ཁ་ཕྱིར་བསྐྱར་ནས་
སྟོད་དགོས་ལ་རྟེན་དང་སྟོ་གྱང་ཁ་ཕྱིར་བསྐྱར་ནས་ལེན། བཅའ་པོའི་ཁ་ཡང་ཕྱིར་སྐྱར་དགོས། དེ་ནི་གཤེན་
པོའི་རྒྱལ་ཤེས་ཕྱིར་རང་ཁྱིམ་དུ་སྐྱེ་བའི་རྟེན་འབྲེལ་བསྒྲིགས་པ་ཡིན། སྔ་གཤེས་དང་མོ་གཡོན་དུ་འགེལ་
དགོས་པས་འགེལ་སྤངས་མི་འདྲ་བའི་ཁྱེད་པར་ཡོད། སྐར་རོགས་^① ལ་གངས་ཆད་མེད་མོད་པར་འགྲོ་
དུས་ཆ་དང་ཆུར་འོང་སྐབས་ལ་བྱས་ནས་ཡོང་བ་ཡིན། པ་མ་ཡིན་ན་བྱ་བྱག་དག་དུར་སའི་བར་དུ་སྐར་
ཐང་དུ་འགྲོ་དགོས་ལ་དེའི་རང་གི་པ་མ་ལ་གུས་བཀྱུར་དང་དྲིན་བཅོམ་བྱེད་པ་མཆོན། བྱ་བྱག་མེད་ཆོ་
གནས་དམའ་སར་བསྐྱལ་ལ་ཤུལ་དུ་བྱ་བྱག་སྒྲགས་ཡོད་ན་གནས་མཐོ་སར་བསྐྱལ་དགོས་པའི་ཁྱེད་པར་

① སྐར་རོགས་ནི་དུར་འབྲུག་བྱེད་མཁན་གྱི་མི།

འདུག སའི་བཅ་པོ་ཡིན་ན་དུར་སར་ཁ་གཡས་སུ་སྟོན་ལ་མོ་ཡིན་ན་ཁ་གཡོན་དུ་བསྟན་ཏེ་འཛོག་དེར་
ཡང་ལྷས་དོད་དང་རྟེན་དོད་སྟེང་གཏེར། ② བལ་གཏེར་བཅས་འཛོག་སྟེང་ནས་མར་ལ་རྩུ་ཐག་འཐེན་པའི་
སྲོལ་ཡང་ཡོད། བཅ་པོ་དགྱི་བྱེད་ཀྱི་ལྷན་པ་གནས་དཔེ་ས་འོག་དུ་འཇུག་པ་ལས་སྟེག་པའི་སྲོལ་མེད། ས་
སྟེ་དེ་བཅ་པོའི་གམ་དུ་བྱུགས་ནས་སྟེང་དུ་ཆ་གསུར་ལུལ་ཁིང་མ་ཁེ་སྟགས་གཟུངས་ལྷགས་གང་མང་
འདོན། སྐར་རྟགས་ཆང་མ་ཕྱིར་ཁྱིམ་དུ་ལོག་དུས་སྟེང་སྒྲིལ་མེ་ལུང་བརྒྱབ་ཅིང་དོད་དཀར་ནག་གཉིས་མེ་
ལ་ངར་ཡོད་པ་དེར་མི་རྟ་སྒྲིལ་དང་བཅས་པ་དོད་ནག་པོའི་སྟེང་ལ་ཁྱུས་ཀྱི་ནག་པོས་བརྒྱས་ཤིང་རྩེས་
སུ་དོད་དཀར་པོའི་སྟེང་ལ་ཁྱུས་ཀྱི་དཀར་པོས་བརྒྱ་དགོས། དེ་ནི་རང་ཉིད་ལ་རོག་པོ་མེ་ལོག་པའི་ཆེད་
ཡིན། རྩོན་བཅ་པོ་འགེལ་སའི་སྒྲིལ་དང་ཐག་པ་སོ་སོ་མི་ལེན་པར་མཉམ་དུ་སར་བྱངས་ནས་ཉེན་དེར་ཁྱིམ་
དུ་མི་ལེན། བྱང་དུ་ཡོང་ནས་སྐར་རྟགས་ཆང་མས་སྐར་ཐེག་ ③ འཁྱུང་རྩེས་བདག་པོས་འཛོམས་ཆོད་ཀྱི་
སྐར་འཁྱུང་རྒྱག་པའི་ལྷགས་སྲོལ་ཡོད།

གསུམ་པ་འདུན་བྱེད་སྟངས་ཀྱི་སྐོར།

འདུན་བྱེད་སྟངས་ལ་ཡང་ཐེ་བ་དང་ལུལ་ལུང་སོ་སོར་མི་འདུ་བས་མདའ་བཞེ་ལ་ཉེན་ཞེ་དགའི་
འདུན་དང་པལ་ཆེར་ལོ་འདུན་ཡིན། དེ་ལས་པོ་མའི་འདུན་བྱེད་སྟངས་ལ་པོའི་ལྷ་དང་སྐར་རགས། མའི་
མགོ་དགྱིས་དང་དམར་གདན་ ④ སྟགས་ཡོད་པ་ལས་རང་གི་སྒྲོ་བོ་དང་མོ་མོ། པ་མ། ཁྱོ་ག་རྒྱུང་མ་དག་
འདས་ཆེ་ལྷ་ཕྱིར་རྟོགས་པ་དང་སྐར་རགས་ཐུན་དུ་མདུད། གཉེན་ཉེ་གཙོ་བོ་ཡིན་ན་ལྷ་མའི་ཁ་གཉིས་སྟེབ་
པ་དང་། གཙོ་བོ་མེན་ན་ལྷ་མའི་ཁ་གཡས་སྟེབ་པ་དང་སྐར་མདུད་ལེན་དགོས། རང་གི་ཁྱོ་ག་འདས་ན་
དམར་གདན་ལེན་པ་དང་སྐར་སྟེ་མི་བསྐྱ། རང་གི་སྒྲོ་བོ་དང་མོ་མོ་ཡིན་ན་དམར་གདན་གདགས་དགོས་ལ་
དམར་གདན་ཀྱི་སྟེང་ཇ་ལ་བསྐྱས་ནས་བལ་ཞིག་འདོགས་པའི་སྲོལ་ཡོད། ཡང་ལྷགས་ས་དག་གིས་ལྷགས་

② འཇུ་རྒྱག་དང་གསེར་དུལ་སྟགས་སྟོང་ཅིག་དུ་བྱུག་ནས་ཁར་དར་ཆོན་ལྷ་ལྷས་མདུད་དེ་འཛོག་པ་ལ་སྟེང་
གཏེར་ཐེར།

③ སྐར་མ་བྱེད་མཐན་དག་ལ་འདྲེན་ཐེག་པ་སྟེ། དཀར་ཐས་ཀྱི་སྐོར་ཁོ་ན་ཡིན་ནོ།

④ ལ་མདོའི་ལུལ་སྐྱད། བྱད་མེད་ཀྱི་སྟེང་སྟེ་མོར་འདོགས་སྟེང་སྟེ་ཆའི་རེགས་ཀྱི་རས་ལེབ་མོ་ཞིག་སྟེ་སྟེང་དུ་དུང་
ངམ་ཡང་ན་དུལ་ཀྱི་མི་རྟོག་ འདབས་ཁར་གཡུང་དུང་ཐེས་པ། ལྷ་མོར་ཇ་ལ་དུངས་པ་ཞིག་ལ་བྱུང།

ལ་ཞེས་པ་ཞིག་གྱིན་སྲོལ་ཡོད་ཅིང་། ཡུགས་ས་ཞེས་པའི་མིང་འདི་ཀན་གཞོན་ནུམས་ལ་མི་འདྲགས་པར་
དེ་དར་མ་དག་གི་ཁྱོ་ག་འདས་ཚེ་རྒྱུང་མ་ལ་ཡུགས་ས་ཟེར། དེ་དུས་ཡུགས་ལ་གྱིན་ནས་ཡུགས་གུར་ཅ་
བསྐྱེད་དེ་ཞེ་དགུ་མ་ལོངས་པར་དུ་ཆོས་བསྐྱབ་ས་དང་དགོན་པར་མཇལ་དུ་མི་འགྲོ་ལ་རྩེ་ལ་འང་མི་འགྲོ།
རྒྱ་མཚན་ནི་མི་གཞན་པ་ལ་ཡུགས་ཐེག་ཐོག་ཅེས་བཤད་སྲོལ་ཡོད། རྒྱ་མཚན་གཅིག་པ་ནུམས་ཀྱིས་སྤྱི་ཕྱི་
ནང་བརྩེ་བ་དང་སྒྲ་གསོ་བ། ལྷ་གུ་འདྲགས་པ། ⑤ རྟའི་ཁ་རྩོག་པ། ཡ་ཅུའི་ར་མ་སོགས་བསྟུ་བ་མེད། ལ་
སར་སྐབས་སྐུ་མ་གོར་ལ་རི་མོ་སའ་བ་དང་སྤྱི་རྩལ་ལེན་པ། དགུ་དུད་རྟེབ་པ་སོགས་མི་བྱེད། ཆོས་གཅིག་
ཉིན་ཐོག་མར་སྐྱག་ཡོད་པ་ཆང་ལ་ལོ་སར་འདྲི་ཅུ་འགྲོ་དགོས། ཆོས་གསུམ་ཉིན་ནས་པར་ལོ་སར་ལ་འགྲོ་
བའི་སྲོལ་ཡོད་དོ།

བཞི་བ། གཤེན་ཆོས་སྐྱབ་སྤངས་ཀྱི་སྐོར།

རང་ཅག་བོད་གངས་ཅན་ནི་ཆོས་ཐུན་གྱི་ཞིང་ཁམས་ཤིག་ཡིན་པར་མ་ཟད། ཀན་བཀྲར་གཞོན་
བུམས་དང་ལས་རྒྱ་འབྱས། ཆོས་དགེ་བ་སོགས་ཀྱི་ཕྱོགས་ལ་གུས་བརྩི་ཆེ་བའི་མི་རིགས་ཤིག་ཀྱང་ཡིན་པ་
ཀྱན་གྱི་མཁུན་གསལ་ལྟར་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་དགེ་ལས་ལ་རིགས་མང་བོ་ཡོད་མོད་འདིར་རང་ཡུལ་མདའ་
བཞེད་ཕྱོགས་ཀྱི་གཤེན་ཆོས་ནི་ཐོག་མར་ཐུས་མགོ་སྒྲ་མར་གཏུགས་དགོས་ཤིང་། དེ་ལ་ཡང་གཤེན་པོའི་
གྱིན་པ་ཆ་ཆང་དང་ཐོར་བ། ཐུར་མ། ར་མ། བ་མ། ཐོམ་བྲ། ར་ཆ་ལྷ་སོགས་ཁ་ཆག་ནུམ་གངས་པ་ཀྱི་སྐོར་
ཆ་ཆང་། གོས་ལྷག་ཐུས་རྟ་སྒྲ་ཐབ་དང་བཅས་པ་ཆ་ཆང་དབུལ་དགོས། རྟའི་སྐབ་ཕྱིར་ལེན་པའི་སྲོལ་ཡོད།
དེ་ནས་རང་བྱིམ་དུ་ཉིན་ཞེ་དགུའི་བར་ལ་བདུན་ཆོག་ལྷ་རྒྱ་དང་ཡང་ན་ཉིན་བདུན་ལ་ལྷ་རྒྱ་སོགས་ཀྱིས་
ཆང་སོ་སའི་འཕྱོར་བས་ལུས་ཆོད་ལྟར་བྱའོ། ཡང་སྒྲ་མ་དང་དགེ་སྤྱོད་གང་ཅང་ཞིག་ལ་ཐར་མདོ་གསུང་
དུ་འཇུག་ཅིང་དེ་ལ་ཐར་མདོ་སྒྲ་མ་ཟེར། ཆོས་ཀྱི་ཡོན་ལ་འབྲི་ཞིག་འབུལ་བའི་སྲོལ་ཡོད་མོད་མ་འཕྱོར་
ན་འཛུམས་ཆོད་ལྟར་བྱས་ཀྱང་ཆོག་སྒྲ་མ་དག་ལ་བཟོ་རྟེན་སྤུལ་ཞིང་དགེ་འདུན་པ་ལ་བསྟེན་བཀྲར་བྱེད་
པ་དང་མཆོད་མེ་འཛོག་པ་སོགས་དགེ་བ་ལུན་སུམ་ཆོགས་པར་བྱེད་པའི་སྲོལ་ཡོད། ཞེ་དགུ་ཆང་ཆེ་རང་
གིས་དང་འདུན་ཆེ་བའི་སྒྲ་མ་ཞིག་ལ་ལྷས་ཏེ་གཤེན་པོའི་རྩིས་ཀྱི་བྱིམ་ཆང་ལ་ནད་ཡམས་ཁ་མཆུ་སོགས་

⑤ ཕ་བུས་པའི་དོན།

མེ་འོང་བའི་ཆེད་དུ་སྐྱེ་རིམ་གང་ཡོད་སྐྱབ་པའི་སྒྲིལ་ཡོད། དེ་ལ་དྲེན་མའི་སྒྲ་མའང་ཡང་ན་འབྲུབ་སྐར་
སྒྲ་མ་ཟེར་རོ།

མཐུག་གཏམ།

མདོར་བྲིལ་ན་གོང་གི་འདས་མཆོད་ཀྱི་སྒོར་རགས་ཅམ་སྒྲིང་དགོས་པ་ནི་ཡབ་མེས་རྣམས་ཀྱི་གོམས་
སྒྲིལ་བཟང་པོ་དེ་ཉམས་པ་སྐར་གསོ་དང་མི་ཉམས་གོང་འཕེལ་དུ་བཏང་བ་ཅམ་ཡིན། དེང་སྐབས་ཀྱི་
གཞིན་སྐྱེས་ཁྲོད་འདས་མཆོད་ཀྱི་ཕྱོགས་ནས་ཤེས་མཁན་ཉུང་ཉུང་རེད། དེ་བས་བཅར་འདྲི་ཅུང་ཅམ་
བྱས་པ་དག་འདིར་བཀོད་པ་ཡིན། ད་དུང་འདྲི་གཞི་མང་པོ་ཞིག་བཅར་འདྲི་བྱེད་ཐུབ་མ་སོང་ལ་བཅར་
དྲི་བྱས་ཟེན་པ་དག་ཀྱང་ཡི་གེར་ལེགས་པོ་ཞིག་ཕབས་མ་ཐུབ་པས་སྒྲིག་པོ་དག་ལ་དགོངས་དག་ལེན་བརྒྱར་
ཞུ་བ་ཡིན།

བཅར་འདྲི་བྱེད་སྐད་དེ་མཆོག་སངས་ལོ། བན་དེ། མཁའ་འགོ། བཞུན་པ། རྟོར་གཏུགས་དཀའ།

བཅར་འདྲི་འཇུག་མཁའ་བཞུན་ལོ།

བཅར་འདྲི་འཇུག་ཆེད། 2016.2.23

མདོ་སྨད་སྤྱིས་ཚང་དགོན་གྱི་ཟླ་བའི་གཏུང་རྫོགས་བྱེད་སྤངས་མདོ་ཙམ་སྤྱིང་བ།

སྤྱིས་ཚང་ཤེས་རབ། རྒྱུ་ལས་ཆུ།

སྤྱིང་གཞི།

སྤྱིས་ཟླ་བའི་གཏུང་རྫོགས་བྱེད་སྤངས་ནི་ཟླ་བ་མཐའ་དང་ཚོས་བརྒྱད་ཀྱི་འདུག་པར་དཔོན་
པ་འེ་འེའི་འགོ་སྤངས་མི་འདྲ་བ་མང་དུ་མཆིས་མོད། འདིར་ཡུལ་ཁྱེད་ཀྱི་བླ་མ་ཞིག་སྤྱི་མདོ་སྨད་སྤྱིས་
ཚང་དགོན་གྱི་ཟླ་བའི་གཏུང་རྫོགས་བྱེད་སྤངས་མདོ་ཙམ་གྱི་པར་བྱ་བ་ལ། ས་ཆ་འདིར་ཡང་སྤྱི་མདོ་
ཡབ་མེས་གོང་མ་ཚོའི་རིང་ནས་བཟུང་རང་གི་ཡུལ་སྤྱི་གས་དང་འཚམ་པའི་ཟླ་བའི་གཏུང་རྫོགས་བྱེད་
སྤངས་ཤིག་ཡོད་པ་ནི་སྤྱིས་མི་དགོས་མོད། དུས་ཀྱི་དབང་གིས་ཡུལ་སྤྱི་ལ་དེ་དག་ལས་མང་བོ་ཞིག་ཉམས་
དམས་སུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པ་ནི་མིག་མཐོང་ལག་བྱེད་ཡིན་པས་འདིར་ཆུན་པ་འེ་འེའི་དག་རྒྱུན་ཟིན་ཆོ་
ཙམ་བཀོད་པ་ནི་གཤམ་གསལ་སྤྱི་

དང་གོ་འདའ་ཁའི་རིམ་པ།

གལ་ཏེ་ཟླ་བ་ཞིག་དགུང་ལོ་བཅུ་ལྔ་པ་ལྷན་སྦྲུང་བ་སོགས་གང་ཡིན་ཡང་གཤམ་གསལ་
ཁར་རང་གི་ཉེ་རིང་དང་དགོ་སྤྱི་ནམས་མདུན་དུ་བོས་ནས་ཞལ་ཆེམས་ཅི་ཡོད་དང་རྒྱ་རྒྱས་གང་ཡོད་
སྤྱི་དགོས་ལ་དེ་དག་གིས་ཀྱང་ཆེས་གསལ་བོར་སྤངས་ནས་ཁོང་གི་སྤྱི་གས་བདེ་བ་ཞིག་བྱ་དགོས།
གཉིས་པ། ཟླ་ཚང་ལ་ཞུས་ནས་མཚན་བརྒྱུད་སྤངས་སོགས།

ཟླ་བ་དེ་གཤམ་གསལ་མ་ཐག་དགོ་སྤྱི་ལ་སྤྱི་གས་ཆུང་ཞུས་མཐར་འུང་བ་དང་མཉམ་
དུ་ཟླ་ཚང་ཡང་ཟླ་བ་དེའི་ཤག་ལ་ལེབས་ནས་མཚན་བརྒྱུད་དེ་ཞུས་ཆོག་བསྐྱར་དགོས། ཟླ་ཚང་ལ་ཁབ་
སྤྱི་དང་སྤྱི་མོ་སོགས་ཅི་འབྱོར་འབྱུང་བའི་སྤྱི་ཡོད། ཞུས་ཆོག་མ་བསྐྱར་བར་དུ་གཏུང་སྤྱི་མི་ཆོག་
ལ། ཞུས་ཆོག་བསྐྱར་རྒྱུ་དོད་ཀྱང་སོགས་གནས་བབས་ལ་བརྟགས་ཏེ་གཏུང་བཞུགས་སའི་གནས་གང་མས་
དགོས། ཞུགས་དམ་ལ་བཞུགས་མེད་ཆོ་གཞོག་གཡས་ས་ལ་པབ་སྤྱི་མེད་གོ་ཉལ་སྤྱི་གས་ཀྱིས་འཛོག་དགོས།
དེ་ཡང་དགོ་སྤྱི་ཞིག་ཡིན་ཆོ་ཚོས་སྤྱི་གཉིས་མནའ་དགོས་ཤིང་སྤྱི་སྤྱི་ཞིག་གིས་ཡོལ་བ་བྱེད་དགོས།

དགེ་ཚུལ་ཡིན་ན་སྐམ་སྦྱར་མི་དགོས་པར་བཤད། གཏུང་གི་ཐུས་མགོར་བྱང་ཚུབ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་
སྒྲེགས་བཅའི་གཤམ་ཕྱིས་ཏེ་བཞག་ཅིང་སྒྲེགས་ཐག་དན་སོང་གི་གནས་ལས་འདྲེན་པའི་རྟེན་འབྲེལ་དུ་གཏུང་
གི་དབྱར་དཔྱདས་དགོས། གཏུང་རྫོགས་མ་བྱས་བར་དུ་གཏུང་མདུན་གྱི་མཚན་ མེ་གཟིམ་དུ་མི་འཇུག་དེ་
ནས་བཟུང་གཏུང་རྫོགས་མ་བྱས་བར་དུ་དགེ་སྤོང་བཞེད་མ་བདུན་སོགས་ཀྱིས་བདེ་གསང་འཇིགས་གསུམ་
དང་ཀུན་རིག་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་སོགས་ཀྱི་བདག་འཇུག་རེས་མོས་སུ་འདོན་ལ། ཉེན་དེ་དག་ལ་ཟླ་ཆང་
ཡང་ཟླ་ཤག་དུ་མེད་ནས་སྦྱོན་ལམ་རྒྱས་པ་གསུང་དགོས།

གསུམ་པ། གཤིན་ཅིས་དང་སྐར་མར་ཁྱ་སྤངས།

གཤིན་ཅིས་བྱེད་སྤངས་ནི་དབྱུགས་ནམ་ཆད་ཀྱི་དུས་ཚོད་དང་སྐར་མ་སོགས་གསལ་བོར་བྲིས་ནས་
ཅིས་པའི་མདུན་དུ་འཕྲེར་དགོས། ཅིས་པས་གསལ་བོར་བཞགས་རྗེས་སྐར་མའི་ནང་རིམ་འགྲོ་ཅི་ཡོད་
དང་རྟེན་སྐལ་ད་དུང་གཏུང་སྒྲེལ་གྱི་ཉི་མ་སོགས་གསལ་བོར་བྲིས་ནས་བྱིར་བྱིན་བདག་ལ་སྦྱོང་དགོས།
ད་དུང་གཏུང་རྫོགས་མ་བྱས་པའི་ཉེན་དེ་དག་ལ་རང་གི་དགོན་བདག་སྐམ་དང་གཞན་རང་ལ་ཆོས་འབྲེལ་
དངོས་ཐོབ་ཀྱི་སྐམ་སོགས་གཏན་དྲངས་ནས་འཕྲོ་བ་ཁྱ་བ་དང་ཁྱས་ཆོག་བསྐྱར་བའི་སྲོལ་ཡང་ཡོད།

བཞི་པ། འཛིན་ཟླ་དང་ཉི་མའི་སོགས་ཀྱི་བྱ་བ།

ཉིན་དེ་དག་ལ་རང་གི་འཛིན་ཟླས་དམིགས་བསལ་གྱིས་གསང་འདུས་ཙ་རྒྱུད་དང་ཐར་མདོ་སོགས་
གསུང་བའི་སྲོལ་ཡོད། གལ་ཏེ་ཟླ་བ་དེར་དགེ་ལུགས་ཡོད་མཁན་ཞིག་ཡིན་ན་དམིགས་གསལ་གྱིས་སྦྱོན་
ལམ་དང་ཐར་མདོ་སོགས་འདོན་པ་དང་རྒྱ་དབང་བཏོན་ཡང་ཁྱས་ཆོག་བསྐྱར་བའི་སྲོལ་མེད། རྒྱ་མཚན་
ནི་སྦོབ་མས་སྒྲ་མ་ལ་དབང་བསྐྱར་བའི་ཚུལ་མེད་པས་སོ། །ད་དུང་དགེ་ལུགས་ཆོས་སྐུ་དང་སྦྱོང་དཔར་ནས་
གནས་བྱིན་ཅན་ལ་བསྐྱལ་བའི་སྲོལ་ཡོད། ཉི་འབྲེལ་སོགས་ཀྱིས་ཀྱང་རྒྱལ་བ་མི་འབྲུགས་པའི་སྐུ་དང་སྦྱོང་
དཔར་བ་དང་མ་ཉི་རྒྱུང་གནས་སྤང་བ་སོགས་དགེ་སྦྱོར་ལ་འབད་བའི་སྲོལ་ཡོད། དཔྱད་མ་བཟུམ་པོར་
སོང་ནས་གཤིགས་པ་ཡིན་ན་གཏུང་ལ་ཕྱག་འཆལ་བའི་སྲོལ་ཡང་ཡོད། ད་དུང་ཉིན་དེ་དག་ལ་གཉེ་འབྲེལ་
དང་གྲོགས་པོ་རྣམས་ཀྱིས་མཚན་མའི་རྟེན་དུ་མར་དང་སྦྱར་མོ་བཅས་ཅི་འབྱོར་འཕྲེར་ཡོང་བའི་སྲོལ་ཡོད།

ཟླ་བ། གཏུང་རྫོགས་བྱེད་སྤངས།

གཏུང་རྫོགས་མ་བྱས་བར་དུ་གཏུང་མ་མཐའ་ཡང་ཉིན་ཞག་བདུན་ལ་ཤག་ནས་བཞགས་དགོས་ཤིང་།

གཏུང་སྐྱེལ་འགོ་མཐའ་ནི་ལྷ་བ་གཤེགས་པོ་དེ་འཛིན་གྱ་གང་ཡིན་ན་དེའི་ཆན་གཞོན་གྱི་གོ་རིམ་ལྟར་
 འགོ་དགོས། དེ་ལྟར་གཏུང་མ་སྐྱེལ་པའི་ཐུང་དགོང་གཏུང་སྐྱེལ་ལ་འགོ་མཐའ་གྱི་ལྷ་བ་ཆན་པ་ཞིག་གིས་
 གཏུང་མདུན་ནས་ཕྱག་གསུམ་འཚལ་ཆེས་ཕྱི་ཉིན་གཏུང་རྫོགས་ཡིན་པའི་སྐྱེན་གསེང་དབུལ་དགོས་ལ།
 གལ་ཏེ་ཐུགས་དམ་ལ་བཞུགས་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ཐུགས་དམ་གྲོལ་མ་གྲོལ་དེ་བྱང་སེམས་དཀར་དམར་
 ① རོན་མ་རོན་ལ་བརྟེན་དགོས། དགོང་མོ་དེར་གཏུང་ལ་བདག་དོད་མ་ལེགས་པོར་བྱས་ཆེས་བཟོད་གསོལ་
 ཀྱང་བྱ་དགོས། དགེ་ཐུག་ཡོད་མཐའ་ཞིག་ཡིན་ན་དེའི་དགོང་མོར་སྒྲོན་ལམ་འདོན་པ་དང་མ་ཉེ་སྐྱོར་བ་
 སོགས་བྱས་ཏེ་མཚན་སྐྱེལ་མཐའ་ཡང་ཡོད། གཏུང་སྐྱེལ་གྱི་ནངས་མོར་ཐུ་མོ་ནས་དགེ་སྒྲོང་བཞེས་
 བདུན་གང་རུང་གིས་འཛིགས་བྱེད་དཔའ་པོ་གཅིག་པའི་སྒོ་ནས་ཁྱེས་ཆོག་བསྐྱར་ཏེ་ལམ་བསྐྱར་གྱི་མགོ་
 རས་ལམ་ལ་ཆས་ཤིང་དམིགས་བརྟེན་མ་རྒྱང་འཐེན་དང་བཅས་རང་གི་འཛིན་གྱ་གཙོས་ལྷ་བ་གཞན་དག་
 དང་ཉེ་འབྲེལ་སོགས་ཀྱིས་སྐྱེལ་མ་བྱེད་པའི་སྒོལ་ཡོད། གལ་ཏེ་དགེ་ཐུག་ཡོད་མཐའ་ཞིག་ཡིན་ན་གཏུང་
 ལ་མཐའ་ཆེས་ལམ་ལ་ཆས་ཤིང་དམིགས་བརྟེན་མ་རྒྱང་འཐེན་དང་བཅས་དུར་ཁྲོད་བར་དུ་སྐྱེལ་སྒོལ་ཡོད།
 ད་དུང་མི་གཅིག་གིས་གཏུང་གི་སྒྲོན་ལ་གང་སེར་མའི་དར་སྒྲོག་ཅིག་བྱེད་ནས་ལམ་འཁྲིད་དགོས། ལྷ་བ་
 རས་གཏུང་འཛིག་སའི་ལུལ་དུ་བྱེ་མར་འཛིག་དགོས། དུར་ཁྲོད་ནས་ཐོག་མར་སྒྲོན་ལམ་རྒྱས་པ་དང་ཆ་
 གསུར་བཟོ་བ་སོགས་བྱས་ཆེས་སྒྲོན་ལམ་འདོན་མཐའ་ཆོ་བྱིར་ཡོང་དགོས། དེ་ནས་གཏུང་སྐྱེལ་ལ་འགོ་
 མཐའ་གྱི་ལྷ་བ་ཆོས་གཏུང་ཤིང་ཏེ་ལས་ཐངས་ཏེ་དུར་ཁྲོད་ཀྱི་སར་གྱ་བ་དང་། སྐྱེས་པ། སྐྱེས་མ་གསུམ་
 མཐོ་དམན་ལྟར་འཛིག་ས་ཡོད་ལ། གདན་དཀར་པོ་ཞིག་གི་རྩེད་དུ་མེ་རྟོག་② གཏོར་ནས་དེར་ཕོ་གཡམས་
 ཉལ་དང་མོ་གཡོན་ཉལ་གྱི་དཔེ་ལྟར་མགོ་པོ་བདེ་བ་ཅན་དུ་སྐྱེས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་དུ་རུབ་ཕྱོགས་ཀྱི་རི་དབུང་
 ཡག་པ་ཞིག་ལ་བསྐྱར་ནས་སྒྲ་མ་མཚོག་གསུམ་མ་ལྟ་བུའི་བྱ་འཕྲོད་དང་ཆ་གསུར་བཟོ་བ་བྱས་ནས་སྐྱག་
 ལ། དེ་ནས་ཐུང་ཟད་བཞུགས་ན་བྱ་རྟོད་དང་གོལ་མོ་སོགས་རང་བཞིན་གྱིས་འདུས་ནས་གཏུང་དེ་ལྟག་
 མེད་དུ་ཟ་བར་བྱེད་ཅིང་། རུས་པ་ཐུང་ཟད་རེ་ལྟག་ཡོད་ན་ཐོ་བས་བརྒྱངས་ནས་བྱ་ལ་སྦྱིན་ནོ། ། དབུལ་

① བྱང་སེམས་དཀར་དམར་ནི་ཁམས་དཀར་ནག་ལ་གོ།

② འདྲིར་མེ་རྟོག་ཅེས་པ་ནི་འབྲས་དང་ནས་སོགས་གཏོར་བ་ལ་གོ།

བའི་ཕུས་པ་ཐུང་ཟད་ཅིག་ཁྱེད་ཀྱི་འོག་ཏུ་ཇ་བསྐོལ་ནས་འདུག་ཞོར་དུ་དཔལ་ཕུས་བསྐྱེད་
ལ་ཉར་ཆགས་ལེགས་པོར་བྱས་ཆེས་ཕྱིར་ཕྱིན་བདག་ལ་སྤོང་དགོས། གཏུང་སྐྱེལ་བའི་མི་རྒྱལ་སྤྱིར་ཐོན་
མ་ཐག་སྒོ་དུང་དུ་ཆུ་དཀར་ནག་གཉིས་ཀྱིས་ལག་པ་བསྟུ་བ་དང་ཁ་བཤལ་བ་སོགས་བྱས་ཆེས་ནང་དུ་
བསུས་ནས་ཕྱིན་བདག་གིས་སྒྲེ་ལེན་ཅི་འབྱོར་བྱ་དགོས།

ཐུག་པ་ཆོག་མཆུག་སྤྱད་དང་རྒྱ་ཆས་བཀོད་སྤྱོད།

གཏུང་སྐྱེལ་གྱི་ནངས་མོར་གྲ་ཆང་ཤག་ཏུ་ལེབས་ནས་སྒོན་ལམ་རྒྱས་པ་གསུང་བ་དང་མཆུག་ཏུ་གསོལ་
ཇ་འདྲེན་པའི་སྒོལ་ཡོད། དཔལ་ཕུས་དེར་ཞག་ཞེ་དགའི་བར་དུ་ཆོག་གང་ཅུང་གི་སྒོ་ནས་ཁྱེད་ཆོག་བསྐྱར་
དགོས་ཤིང་། ཞེ་དགའི་ནང་དཔལ་ཕུས་ཀྱིས་སྒྲུ་དཔར་ནས་དུར་ཁྲོད་གནས་པའི་སྒོ་རྒྱ་བྱང་འབབ་ཅིག་
ཡོད་སར་སྒྲུ་ལྷ་ཆོག་བྱ་དགོས་ལ་དེའི་ཆེས་ཆུ་ནང་དུ་གཤེགས་དགོས། གལ་ཏེ་གྲ་བ་གཤེགས་པོ་དེ་དག་
ཐུག་སོགས་མེད་མཁུ་ཞིག་ཡིན་ཆོ་གཏུང་རྫོགས་ཀྱི་ཆོ་གའི་རིམ་པ་ཆང་མ་རང་གི་འཛིན་གྲས་འགན་
ཡོངས་རྫོགས་ཁྱེད་ཀྱི་ཁང་བ་དང་། དངོས་རྫས་སོགས་བཅོང་ནས་གྲ་ཆང་ལ་མང་ཇ་བསྐོལ་བ་དང་ཉེན་
སྐལ་^③ ལྷ་བ་སོགས་མདོར་ན་ཆོ་ག་མཆུག་སྤྱད་ཀྱི་རིམ་པ་དང་། ད་དུང་ལྷ་རེའི་སྐར་མའི་ཉེན་ཆོ་ག་གང་
ཅུང་གི་བདག་འཇུག་རེ་རིང་ན་ལོ་གསུམ་དང་ཐུང་ན་ལོ་གཅིག་ལེན་པའི་སྒོལ་ཡོད།

མཆུག་གཏམ།

ཁོ་བོས་བྲིས་པའི་སྐྱིས་ཆང་དགོན་གྱི་གྲ་བའི་གཏུང་རྫོགས་བྱེད་སྐྱངས་འདི་ནི་རྒན་པ་སྒོ་དཀར་ཅན་
རེ་འགའི་ངག་རྒྱན་ཟེན་ཐོ་ཙམ་བཀོད་པ་ཡིན་ལ། འདི་ལྟ་བུའི་གཏུང་རྫོགས་ཀྱི་ཆོ་ག་ཞིག་ཕྱན་ལྟ་བུས་
ཡག་པོ་ཞིག་མི་འཛོན་པ་མེག་མཐོང་ལག་ཟེན་ཡིན་མོད། རང་གི་རུས་ཆོད་ཀྱིས་བྲིས་པ་འདིས་ཀྱང་ས་ཆ་
འདི་ལ་ཞབས་ཞུ་ཕྱན་ཙམ་རེ་ཨེ་འགྲོ་སྐྱེས་པའི་ཀུན་སྤྱོད་གིས་རྒན་པ་རེ་འགར་ཡང་དང་བསྐྱར་དུ་བྲིས་
པ་ཡིན། ད་དུང་ཡི་གེར་བཀོད་པའི་ནང་དུ་གོ་ནིར་ཐེབས་པ་དང་ཆད་སྟག་གང་ཡོད་རང་གིས་མ་འབྱོངས་
པ་ཤ་སྟག་ཡིན་པས་དགོངས་དག་ཞུ་བ་དང་ཆབས་ཅིག་སྒོ་གཟུ་བོའི་སྒོ་ནས་མཆུབ་སྒོན་གནང་བར་
བཀའ་དྲིན་ཆེ་ཞུ།

③ ང་ཆོད་སར་འདི་ལ་སྐྱེས་མཐའ་ཞེས་འབོད།

མདོ་སྨད་ར་རྒྱ་དགོན་གྱི་ཟླ་བའི་གཏུང་རྫོགས་རྒྱུ་བྱུགས་རོལ་ཅམ་སྤྱིང་བ།

ཞུགས་པ། ར་རྒྱ།

སྤྱིང་གཞི།

སྤྱིར་ན་སྤྱིང་འདིར་ཚོས་ཉིད་དུ་ཐུབ་ཡོད་པའི་སྤྱིང་འཆིའི་སྤྱུག་བསྐལ་ནི་མི་ཀུན་ལ་ཆ་མཉམ་དུ་ཐུབ་
པ་ཞིག་ཡིན་པས་ན། མཐར་སངས་མ་རྒྱས་ཀྱི་བར་དུ་སྤྱིང་འཆིའི་སྤྱུག་བསྐལ་ལ་འགྲོ་བ་རིགས་དུག་གང་
ཞིག་ཀྱང་གཡོལ་ཐབས་མེད་པས། འགྲོ་བ་རིགས་དུག་ལས་མི་ལ་མཚོན་ན་ལེགས་ཉེས་འབྱེད་བྱེད་ཀྱི་མིག་
ཅུང་ཟད་ཅིག་མཆིས་པས། མི་ཆེད་སྤྱིང་བ་སྤྱུགས་མཚོན་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱང་མང་དུ་བྱུང་ལ། ལྷག་པར་
ཆོ་བྱི་མ་དོན་གཉེར་བྱེད་མཁན་གྱི་སྤྱིང་ཐུབ་ཀྱང་མང་བོ་ཡོད་པས། མི་ཞིག་ཤི་བའི་ཆོན་དེའི་བེམ་པོ་རྩི་
ལྷར་ཐག་གཅོད་བྱེད་མིན་ལ་ཡང་། ཚོས་རྒྱུད་དང་ཐུབ་མཐའ་མི་འདྲ་བ་བྱུང་བས་བེམ་པོ་བདག་བྱེད་
ཚུལ་ཡང་མང་བོ་ཞིག་བྱུང་། བདག་གིས་ཀྱང་འདི་ནས་ར་རྒྱའི་ཚོགས་ཀྱི་འདས་མཚོན་རྒྱུ་བྱུགས་ལས་
ཟླ་མོང་གཉིས་སུ་དགར་ནས་ཟླ་བའི་གཏུང་རྫོགས་རྒྱུ་བྱུགས་རྫོར་རོལ་ཅམ་སྤྱིང་བར་བྱུང་།

སྤྱིའི་ཆ་ནས་ར་རྒྱའི་འདས་མཚོན་རྒྱུ་བྱུགས་གང་འདྲ་ཡིན་ནམ།

སྤྱིར་ན་བོད་གངས་ཅན་དུ་ཡང་ཐུབ་མཐའ་མི་འདྲ་བ་མང་ཅམ་བྱུང་བས་འདས་མཚོན་རྒྱུ་བྱུགས་
ཀྱང་ནམ་པ་འགའ་འདུག་ལ། དཔེར་ན། བེམ་པོ་རྩི་ལ་བསྐྱར་བ་དང་མེལ་སྤྱོད་པ། ད་དུང་བྱ་རྒྱུད་ལ་
གཡེང་བ་སྤྱུགས་འདུག དེ་ལས་བྱེ་བྲག་ར་རྒྱའི་འདས་མཚོན་རྒྱུ་བྱུགས་ནི་བེམ་པོ་བྱ་གཡེང་བྱེད་པ་དེ་
ཡིན་ལ། བྱ་གཡེང་བྱེད་པའི་དགོས་པ་ནི། གསོན་པའི་ཆོན་གཞན་དོན་རྒྱུ་མཁན་ཞིག་དགོས་ཤིང་ཤི་
རྩིས་ཀྱི་བེམ་པོ་འདི་ཡང་བྱ་རྒྱུད་ཀྱི་ཁ་ཟས་སུ་སྤྱར་ནས་དགེ་བ་ཅུང་ཟད་ཅམ་ཡང་བསྐྱབས་ཐུབ་པ་ཞིག་
བྱུང་ན་ཅི་མ་ཅུང་སྤྱིང་པའི་དོན་ཡིན། ར་རྒྱའི་འདས་མཚོན་རྒྱུ་བྱུགས་ལ་གཞན་དང་མི་འདྲ་བ་ཞིག་ལ།
ས་ཆ་གཞན་ནས་བེམ་པོ་བྱ་རྒྱུད་ཀྱིས་ཐོས་རྩིས་ཀྱང་སར་གཡུགས་ནས་འཛོག་ལ། ར་རྒྱ་
ནས་ཀྱང་པ་ཐལ་བ་བཞིན་བརྒྱུང་སྤྱིང་སྤྱིང་ཡང་བྱ་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱིང་པའི་སྤྱོད་ཡོད། དེ་ནི་གཞན་དང་མི་
འདྲ་བའི་བྱུང་པར་ཆོན་པོ་ཞིག་ཡིན། ར་རྒྱར་དུར་ས་བཞི་ཡོད་ཅེས་བཤད་སྤྱོད་ཡོད་ཅིང་ད་སྐབས་ཀྱང་

དུར་ས་བཞི་ག་མཐོང་རྒྱ་ཡོད། དེ་དག་ནི་ཐོན་ཆད་སྐྱ་མ་དང་མཁན་པོ་སོགས་དགར་ནས་དུར་ལས་བྱེད་ས་མེད་ཅེས་བཤད་མོད། ད་སྐབས་ཆོང་མ་གཅིག་ཏུ་ཐུར་འདུག དུར་སའི་མིང་ལ་ཤར་སྟག་རྒྱ་བོ་དང་ཞོ་འབྲིལ་གདོང་ཡང་ཟེར་སྟེ་ཡོད། ཐོན་ཨ་རིག་དགེ་བཤེས་ཆེན་མོ་དུར་ཁྲོད་ནས་ཞོ་འབྲིལ་བའི་བྱང་མེད་ཅིག་ལ་ཕྱད་སྟེ་དེ་བས་དེ་ལྟར་བཏགས་པ་ཡིན།

ཟླ་བ་ཞིག་རྒྱ་བྱར་སྐྱ་གཤེགས་ན་འགྲོ་སྐར་^① བྱེད་དམ།

ཟླ་བ་ཞིག་གལ་སྲིད་དོན་རྒྱུན་སོགས་ཀྱི་དབང་གིས་སྐྱ་གཤེགས་པའི་ཆོ་འགྲོ་སྐར་བྱེད་ཅེས་བཤད་མོད། ད་སྐབས་དངོས་སུ་མ་མཐོང་བས་ཟླ་བ་ཞིག་རྒྱ་བྱར་སྐྱ་གཤེགས་ན་འགྲོ་སྐར་མི་བྱེད། ད་དུང་ཐུགས་དམ་སོགས་ལ་བཞུགས་ཡོད་པ་དག་ནི་ཐུགས་དམ་མ་གྲོལ་གྱི་བར་དུ་འགྲོ་སྐར་མི་བྱེད།

ཟླ་བ་ཞིག་སྐྱ་གཤེགས་ན་སྤྱིའི་ཆ་ནས་ཅི་ཞིག་བྱེད།

ཟླ་བ་ཞིག་སྐྱ་གཤེགས་ཆེས་ཐོན་ལ་སྐྱ་མར་སྐྱ་སར་ཁྱབ་དང་། དེ་ནས་ཆེས་པ་ཞིག་བཅའ་ནས་ཆེས་བྱས་ཆེས། རིམ་གྱོད་དང་ཉེན་བདུན་གྱི་ནང་གི་ནམ་ཞིག་ལ་བཅའ་པོ་དུར་ལས་བྱེད་མེན་གཤེན་ཆེས་ཀྱི་གཞུང་ལྟར་ཐག་གིས་གཅོད་པ་ཡིན། དེ་ནས་བདུན་པ་འཆོལ་བ་ཡིན། བདུན་པར་ངེས་པར་དུ་ཟླ་བ་དུན་ཆོང་དགོས་ལ། གལ་ཏེ་གནས་རྩལ་ཁྱད་པར་ཞིག་ལ་ཁེལ་ནས་ཟླ་བ་མ་རྩེད་ན་བཞི་ཡིན་ཡང་ཆོག་ཟེར། ད་དུང་ཨ་མཆོད་ཅིག་བཅའ་དགོས་ལ་དེ་ལ་ཐར་མདོའི་ཨ་མཆོད་ཅེས་ཀྱང་འབོད་པ་ཡིན། དེ་ནི་ངེས་པར་འཆོལ་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། ཆ་རྒྱུན་གྱིས་འདད་ཆོ་ཨ་མཆོད་ཀྱང་གསུམ་བཞི་རེ་བཅའ་སྟོལ་ཡོད། ཨ་མཆོད་དང་བདུན་པ་བདག་གིས་ཉེན་བདུན་གྱི་རིང་ལ་རིམ་གྱོ་སྐྱབ་ནས་འདུག་ལ། སྐྱ་མ་ནི་ཉེན་གཅིག་ལ་མ་གཏོགས་བཞུགས་མི་དགོས། ད་དུང་གནས་སྟོན་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། ཟླ་བ་དགེ་ལྷན་ཅན་ཞིག་སྐྱ་གཤེགས་ཆོད་གེ་ལྷན་ལ་སྐོར་མོ་རུང་ཐད་དང་ཁ་གཏགས་ཤིག་ལྟར་སྤྱོད། གལ་ཏེ་དགེ་ཆན་དང་དགེ་ལྷན་གང་ཡང་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ཆོ། དེའི་པ་མ་དང་ལུ་རུ་སོགས་ལ་སྐྱེར་བ་ཡིན། ཐོན་ཆད་ཐ་དང་ཁ་བཏགས་སྐྱེར་སྟེ་ཡོད་མོད། ད་སྐབས་སྐོར་མོ་སྐྱེར་སྟེ་ཐད་རྒྱུ་འབྱམས་སུ་ཆགས་འདུག ད་དུང་ཐེ་བའི་ནང་གི་ཉེ་འབྲེལ་ཁ་ཤས་ཀྱིས་ཞེ་དགའི་ནང་དུ་མ་ཁི་དང་སྟོལ་མ། སྐོར་བ་བྱེད་པ་སོགས་ཁས་ལེན་

① གཤེན་སྐར་སོགས་ལ་མི་རྩ་བར་གང་ནས་རྒྱུན་འབྱུང་སའི་ཐག་ཉེའི་དུར་ཁྲོད་དུ་བསྐྱལ་བའི་དོན།

བྱེད།

ཟླ་བ་ཞིག་སྐྱུ་གཤེགས་པའི་ཚེ་ན་དུར་ཁྲོད་ལ་ཇི་ལྟར་འབྱེད།

སྤྱིར་ཟླ་བ་ཁྲོད་གཉིས་ལ་བཅའ་པོ་བདག་བྱེད་སྤངས་ཀྱི་ཆ་ནས་ཁྱད་པར་ཆེན་པོ་མེད། ཁྲོད་བ་ཞིག་ལ་
མཚོན་ན་བཅའ་པོ་དེ་ཁྱིམ་ནས་དུར་ཁྲོད་བར་དུ་སྤངས་འཁོར་དུ་བཞག་ནས་ཁྱེད་དགོས་ལ། གལ་ཏེ་སྐབས་
ལེགས་ན་ད་དུང་ཟླ་བ་འགའ་གང་ན་དངས་ནས་སྤོན་སྒྲུ་འེ་གསུང་གིད། ཟླ་བའི་རིགས་དེ་དང་མི་འདྲ་
བར་ཁྱབ་ཅེས་བ་ཞིག་བཟོ་རྒྱུ་ཡིད། དེ་ནི་རས་ཐིག་མེར་པོ་ཞིག་གིས་གཟེར་^② འཛོག་སའི་གཉེན་ཤིང་ལྟ་
བུ་ཞིག་བཟོ་གིད། དེའི་སྤྱིང་ལ་ཟླ་བའི་གཟེར་བཞག་རྩིས་ཚོས་གོས་རྩམ་གཉིས་ཀྱིས་བཀག་ནས་ཟླ་ཚང་
ཡོངས་ཀྱིས་མེར་སྤེང་སྐོར་ཏེ་དམིགས་བཆེ་མ་གསུང་བཞིན་དུར་ཁྲོད་དུ་འབྱེད་ངེས་ཡིན།

ཟླ་བ་ཞིག་སྐྱུ་གཤེགས་པའི་ཚེ་ན་ཇི་ལྟར་དུར་ལས་བྱེད་པ་ཡིན།

དུར་ཁྲོད་ལ་ཐོན་རྩིས་ཟླ་ཚང་གིས་སྤོན་སྒྲུ་དང་སྤོན་ལམ་ཐུང་བ་འེ་གསུངས་རྩིས། བྱ་སྤྱོན་གནང་བ་
ཡིན་ལ། གལ་ཏེ་བྱ་ཚོད་མ་བབས་ཚེ་ཟླ་བ་འགས་དུར་ལས་བྱེད་པ་ཡིན། སྐབས་དེར་གཤེགས་པའི་པ་མ་
དང་ཕུ་བུ་གང་གིས་ཀྱང་བཅའ་པོར་རེག་མི་ཆོག། བཅའ་པོ་བྱ་ཚོད་ཀྱིས་ཐོས་ཆར་རྩིས་ཀླད་པ་སྤངས་ནས་
གནས་གཞན་ཞིག་ལ་འཛོག་དགོས། ལྷལ་གྱི་ཕུས་པ་ལས་ཐུང་ཙམ་ཉར་ནས་གཞན་རྩམས་ཐལ་བ་ལྟར་
བརྟུང་ལ། དེའི་རྩིས་ཀླད་ཞོ་སྤངས་ནས་བྱ་ཚོད་རྩམས་ལ་ཆབ་ཀྱི་ཚུར་དུ་སྤྱོར་བ་ཡིན། ལྷལ་དུ་ཕུས་པ་
དང་གོས་སོགས་གང་ཡང་མི་སྤྱོད་ལ། དེ་ནི་ཁོར་ཡུག་གཙང་སྒྲ་དང་འབྲེལ་བ་ངེས་ཅན་ཞིག་ཡིད་ཟེར།
ཕུས་པ་ཐུང་ཟད་ཅིག་ཕྱིར་ཁྱེད་ཡོང་ནས་ངན་སོང་སྤྱོད་བརྒྱུད་ཀྱི་གཟུང་བཏོན་ནས་ཕུས་ཆོག་^③ ལོ་མང་
པོ་བྱེད་ངེས། དགོས་པ་ནི་མི་དེའི་སྤྱིབ་པ་དག་པའི་ཆེད་ཡིན་ཟེར། ད་དུང་མཁན་པོ་སོགས་ཡིན་ཆེ་ཕུས་
པ་སྤྱོན་གྱིས་བྱེད་པ་ཡིན། དེ་མིན་གཞན་ཟླ་བ་གང་ལ་ཡང་དེ་ལྟར་མི་བྱེད།

ཟླ་བ་ཞིག་སྐྱུ་གཤེགས་ཀྱང་བཅའ་པོ་ལག་ཏུ་མ་སོན་ཆེ་ཇི་ལྟར་བྱེད།

གལ་ཏེ་ཟླ་བ་ཞིག་གི་བཅའ་པོ་ལག་ཏུ་མ་སོན་པར་རྒྱ་དང་གཡང་གཟར་སོགས་ལ་སྤྱོད་བའམ་གར་སོང་

② ར་རྒྱའི་ཁ་སྤྱད་དེ། བཅའ་པོའི་མིང་།
③ རོ་བྱིབ་སེལ་བའི་ཆོག་ཞིག་གི་མིང་།

མ་ཤེས་པར་གཤེགས་སོང་ན། ལྷ་མར་སྟན་སར་བྱ་སྐབས་གཤེགས་པའི་མཆོད་ཡིག་འབུལ་བ་ཡིན་ལ། དེའི་
ཆེས་དབང་དང་ཁྱེད་ཀྱི་བྱེད་པ་ཡིན།།

མཇུག་གཏམ།

འདས་མཆོད་སྐབ་ལྷགས་འདི་ནི་བདག་གིས་བཅའ་འདི་བྱས་ཆེས། ར་རྒྱ་དགོན་པའི་དགེ་བཤེས་
ཤིག་གི་བྱག་ཏུ་བཞག་ནས་དག་བཅས་ཀྱང་བྱས་ཡོད་མོད། འོན་ཀྱང་རང་ལ་རྩས་པ་ཞན་པས་འདས་
མཆོད་སྐབ་ལྷགས་འདི་ལ་ཆད་སྟག་ཀྱང་བྱུང་ཡོད་ཟིན་པས་ཀྱན་ལ་དགོངས་དག་བྱ།

བཅར་འདི་བྱེད་ས། བསམ་གཏན།

བཅར་འདི་བྱེད་མཐན། ལྷག་ལོ།

བཅར་འདིའི་དུས་ཚོད། 2015.11.3

ཅོ་ནེ་དགའ་བ་ཡུལ་གྱི་ཆར་གཏོགས་ཅི་པོ་ས་ཆའི་འདས་མཆོད་

རྒྱལ་སྤངས་སྐོར་མདོར་ཅན་སྒྲུང་བ།

སྤྱིན་པ་རྒྱ་མཚོ། རྩོམ་པོ།

སྒྲུང་གཞི།

མི་རིགས་མི་འདྲ་བ་དང་ཆོས་ལུགས་མི་འདྲ་བ་གང་ཡིན་ཡང་སོ་སོར་དུར་འཇུག་བྱེད་སྤངས་ཅེ་ཡོད་
ལ། བོད་རང་གི་དུར་འཇུག་བྱེད་སྤངས་ལ་ས་དུར། རྩ་དུར། མེ་དུར། བྱ་གཡེང་བཅས་རྣམས་པ་དུ་མ་ཞིག་
ཡོད་ཅིང་མང་ཆེ་བ་བྱ་གཡེང་གི་ལམ་ལུགས་ཡིན། བྱ་གཡེང་ནི་གནའ་པོའི་རྒྱ་གར་དང་བོད་ཁ་བ་ཅན་
དུ་མ་གཏོགས་གཞན་མི་རིགས་གང་ལ་འདར་མ་མཆིས་པའི་ལུགས་སྟོན་ཞིག་ཡིན་པར་བཤད། བོད་ཀྱི་ཡུལ་
འདིར་ད་དུང་མ་ཉམས་པར་གནས་ཡོད་ལ། ཅོ་ནེ་རི་པོ་ཡུལ་གྱི་དུར་ལས་བྱེད་སྤངས་ཀྱང་བྱ་གཡེང་ཡིན་
ལ་དེ་དག་གི་བརྒྱུད་རིམ་ཐམས་ཅད་འོག་ནས་ཅེ་པེ་བཞིན་བཤད་པར་བྱ།

དང་པོ། བཅའ་པོ་བདག་བྱེད་སྤངས།

བཅའ་པོ་བདག་བྱེད་སྤངས་ལ་དང་པོ་མི་གང་ཞིག་གི་དབུགས་ཆད་ཁ་མར་མ་ཆིའི་རིལ་བྱ་དང་ཡང་
ན་རིལ་བྱ་ཆ་ཆེན་ཡོད་ན་ལྷུང་ཞོར་དུ་ཁ་ངོ་ལག་པས་བྱིལ་ཏེ་ཁ་མིག་གཉིས་སྡེབས་མར་འགོའབས། བྱིམ་
མི་རྣམས་འདུས་ཏེ་བཅའ་པོའི་མདུན་དུ་མ་ཏེ་གསོག་ནས་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་གསོལ་བ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་
བཏབས་ཏེ་དུས་ཆོད་ལྟེང་ཅམ་ལ་བསྐྱགས་ཆེས། གལ་སྲིད་དབུགས་གཏོང་ལེན་མེད་ཆོད་གཞོད་ཤ་ཏེ་
དང་ལྷེ་མི་རྣམས་ལ་བཤད་བཏངས་ཏེ་ཤ་ཏེ་རྣམས་ཀྱིས་གཤིན་པོའི་བཅའ་པོ་བཅོས། བཅོས་ཚུལ་གཙོ་བོ་
ནི་འདས་པོའི་བཅའ་པོར་སྐྱབས་ཀྱང་མ་རེག་པའི་སྡོན་དུ་སྦྱི་གཞུག་གི་སྐྱ་ཉག་མ་འགའ་འབལ་དགོས།

དེའི་རྒྱ་མཚན་གཙོ་བོ་ཡང་ཐངས་དང་བོར་བཅའ་པོའི་གནས་གང་ལ་ཐུག་ན་དེ་ནས་རྣམ་ཤེས་བྱིར་
ཐོན་པའི་བཤད་ཚུལ་ཡོད་པས་དང་པོ་སྦྱི་གཞུག་ནས་སྐྱ་ཉག་མ་འགའ་བལ་ན་རྣམ་ཤེས་སྦྱི་གཞུག་ནས་
འཕོས་ཏེ་དེ་དེ་འཕྱོར་སྦྱེ་བར་བཤད་གཤིན་པོའི་གཤམ་སྐོར་ནས་གཤམ་ཁུ་མི་འཇོག་པའི་ཆེད་དུ་མ་
མོག་དང་མར་གང་རུང་ཞིག་གིས་འགོག་པར་བྱེད། དེ་ནས་གཤིན་པོའི་གོས་རྣམས་ཕྱད་དེ་གོས་གསར་

བར་བཟུངས་ཤིང་། བཅའ་པོ་དེ་ཉིད་མའི་མངལ་དུ་ཆགས་སྤངས་ལྟར་ཁ་བཏགས་ཤིག་གིས་སྒྲིམ་ལ་དེ་ནི་
སྒྲིམ་ཆད་རོ་ལངས་མང་པོ་རྒྱག་གི་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཡིན་པར་བཤད། དེ་ནས་ཤ་ཉེ་རྒྱམས་གྱིས་
འདས་ཁང་ནས་ཁྱེར་ཏེ་བྱིམ་ཆེ་བའི་མ་སྤྱོད་དུ་འཛོག་གི་ཡོད་པས་སྤྱོད་པས་ལམ་ལུགས་ཀྱིས་མེ་མོ་ལྟེ་བུ་སྤྱོད་ཏེ་
བཟུངས་ཤིང་མཐུན་དུ་མཆོད་མེ་ཉིན་མཚན་མེད་པར་ལུལ། བཅའ་པོ་དེ་གཞན་གྱིས་མི་རིག་པར་བྱས་ཏེ་
མཐའ་བསྐྱར་དུ་རས་འཐེན་ནས་དེའི་ཐོག་ཏུ་ཁ་བཏགས་རེ་གཉིས་འཕེན། བྱིམ་མི་ཚས་སྤྱང་ན་མཚན་
ཕྱིར་སྤྱོད་པ་རྒྱམས་གྱིས་སྤྱོད་དང་ཁ་སྤྱོད་མི་བཟར་ལ། སྤང་མེད་ཚས་སྤྱོད་པ་དང་ན་རྒྱན་སྤྱོད་པ་རྒྱན་
ཆའི་རིགས་རྒྱམས་སྤངས་ཤིང་གོས་ཀྱང་རྩིང་བ་རེ་བྱོན།

གཤེན་ཚས་སྤྱབ་སྤངས།

དེ་ནས་རང་གི་ཤ་ཉེ་གང་ཅུང་ཆིས་པ་ཞིག་གི་མཐུན་དུ་སྤང་ནས་གཤེན་པོའི་མོ་རིས་དང་འཆི་དུས་
ཀྱི་གཟའ་ཆེ་དུས་ཆོད་སྤྱོད་ཆིས་པར་ལུལ་ནས་གཤེན་ཆིས་བརྒྱབས་ཏེ་ཆིས་ཚས་ཅི་ཞིག་སྤྱབ་རྒྱ་ཡོད་པ་
དང་བཅའ་པོ་དུར་ཁྱོད་དུ་སྤྱོད་པའི་ཉིན་དང་དུས་ཆོད་སྤྱོད་པར་རེ་རེ་བཞིན་གཏན་འཁེལ་བྱེད། དེ་ཡང་
འཕོ་བ་གནང་མཁན་གྱི་སྤྱོད་པ་དང་དགོ་འདུན་པ་རྒྱམས་གཏན་དུངས་ཏེ་སྤྱོད་པ་མཁོ་སྤྱོད་པ་མཁོ་བ་གསུངས།
འཕོ་བ་གསུང་བ་ནི་གསང་སྤྱོད་ཀྱི་ཐབས་ལ་བརྟེན་ནས་གཤེན་པོའི་རྒྱམ་ཤེས་དག་ཞིང་དུ་སྤྱོད་པའི་
ཆེད་ཡིན། དགོ་འདུན་པ་རྒྱམས་གྱིས་ཉིན་གསུམ་གྱི་རིང་ལ་བདེ་གསང་འཛིགས་གསུམ་གྱི་བདག་འཇུག་
གསུང་བ་དང་ཆིས་ཚས་འདོན་པར་བྱེད། ཕྱིད་རྒྱན་པར་སྤྱོད་པ་རྒྱམས་འདུས་ཏེ་དགོ་འདུན་པ་ཞིག་གིས་
མ་ཁིའི་མགུར་དབྱངས་གསུང་བ་དང་བསྒྲུན་ནས། སྤྱོད་པ་རྒྱམས་གྱིས་ཀྱང་ཆོ་འདས་ཀྱི་ཆེད་དུ་མ་ཁི་
གསོག་པ། སྤྱོད་པ་གསུང་བ། བྱིམ་ཆང་དེའི་ཉེ་རིང་རྒྱམས་གྱིས་གཤེན་པོ་དེ་ལ་མཆོད་མེ་ཞེས་མར་དང་
ཁ་བཏགས་སྤྱོད་པ་འཁྱེར་ཡོད་པ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་བཅའ་པོའི་ཉེ་འགྲམ་སྤྱོད་པ་ལྟར་སྤྱོད་མཆོད་མེ་རྒྱན་ཆད་
མེད་པར་ལུལ། གཤེན་པོའི་སྤྱོད་པ་དང་ཆོ་མོ་ཆོ་མོ་རྒྱམས་གྱིས་བཅའ་པོ་ལ་བྱག་འཚལ་བ་དང་སྤྱོད་པ་ཡོངས་ལ་
ཟས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་གཏོང་བར་བྱེད། བཅའ་པོ་དུར་ཁྱོད་དུ་མ་བསྐྱལ་བར་དུ་ཤ་ཉེ་རྒྱམས་གྱིས་ཉིན་མཚན་དུས་
དུག་ཏུ་བཅའ་པོ་དང་ཁ་མ་བསྐྱལ་བར་བྱུང་ཞིང་། དེ་ནི་བྱི་ལ་སྤྱོད་པ་བཅའ་པོའི་སྤྱོད་པ་འགྲན་འགོག་
བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན། བཅའ་པོ་ཅན་དེ་དག་གི་སྤྱོད་པ་ལ་གྲ་ཡོད་པས་བཅའ་པོའི་སྤྱོད་པ་རོ་ལངས་རྒྱག་
པའི་བཤད་རྒྱན་ཡོད་དོ།

བཅ་པོ་དུར་ཁྲོད་དུ་སྐྱེལ་ཚུལ།

བཅ་པོ་དུར་ཁྲོད་དུ་སྐྱེལ་བའི་ཉེན་དང་སྐར་མ་ནི་ཅིས་ཀྱི་གཞུང་ལྷགས་ལྷར་གཟུང་སྐར་ཀྱི་ལེགས་
ཉེས་ལ་བརྟག་ནས་དུར་ཁྲོད་དུ་བསྐྱེལ་དགོས་ཤིང་། དུར་ཁྲོད་དུ་སྐྱེལ་སྐབས་དགེ་འདུན་པ་ཞིག་གིས་
གལ་ལ་འབོད་གསུངས་ཤིང་། བྱིས་མི་རྣམས་བཅ་པོའི་འབྲིས་སུ་མི་འགྲོ། དེ་ནི་གཤིན་པོའི་རྣམ་ཤེས་རང་
གི་བྱིས་མི་ལ་ཆགས་པས་བཅ་པོ་བྱིས་མི་ཚོས་མི་མཐོང་ས་ནས་འཁྱེད་དགོས་པར་བཤད། བཅ་པོ་རྟ་ལ་
བཀལ་ནས་འགྲོ་ཞིང་རྟ་ལ་འགེལ་སྐབས་རྟའི་གཡོན་ཕྱོགས་ནས་འགེལ་དགོས། རྟ་འཁྱེད་མ་ཐག་བྱིས་
ཀྱང་རྟའི་གཡོན་ཕྱོགས་ནས་བྲིང་ཅིང་གང་མེར་མ་ཞིག་བཅ་པོའི་མདུན་དུ་བྱེར་ཏེ་འགྲོ་ལ་དེ་ནི་ལམ་
འཁྱེད་མ་ཐག་ལྟ་བུ་ཡིན་པར་བཤད། རྩེ་མི་རྣམས་ཀྱིས་རང་བྱིས་ནས་གསུར་རྩས་བྱེར་ཏེ་རྩེ་འདབས་སུ་
འདུ་ཞིང་ཆ་གསུར་འབོར་ཆེན་ཞིག་ཕུལ་ནས་མ་ཆི་དབྱངས་སུ་བྱེར་བཞིན་གཤིན་པོ་ལ་སྐྱེལ་མ་བྱེད། དེ་
ནི་རྩེ་མི་རྣམས་ཀྱིས་འདས་པོ་ལ་ལམ་སྟོན་གྱི་མཚོད་མེ་དང་ལམ་བོ་སྐྱབ་པའི་ཚུལ་ཡིན། བཅ་པོ་དུར་ཁྲོད་
དུ་བསྐྱེལ་ནས་ཐོན་པ་ན་ཐོག་མར་སྐྱ་མ་ཞིག་གིས་དུར་ཁྲོད་ནས་ས་བསྐོགས་ཏེ་ས་བདག་སྤྲིང་གཏོར་ཞིག་
འབུལ། དེ་རྩེས་ཆ་གསུར་ཆེན་པོ་ཕུལ་ཏེ་བྱ་འབོད་གྱི་ཆ་གསུངས། བཅ་པོའི་སྤྲོད་གི་ལ་ཕུད་དེ་མེ་ཅ་
བསྐྱེགས་ཤིང་། བཅ་པོ་གཅེར་བུར་ཁ་སྐྱབ་དུ་བཞག་སྟེ་ཕྱོགས་བཞི་ལ་ཕྱག་རྒྱ་བཞི་འཇུགས་ཤིང་དེ་ནི་ས་
དག་སྐྱེགས་འགོག་པའི་ཆེད་ཡིན་ལ་དེའི་སྤྲོད་དུ་ཁྲུ་རྟགས་པག་དེ་ནས་གན་རྒྱལ་དུ་བཞག་སྟེ་ཁྲུ་
རྟགས་བརྒྱག་ཅིང་སྐྱེ་ལ་ཁ་བཏགས་ཤིག་བསྐོན་ཏེ་ཕུར་བ་ཞིག་བརྒྱབས་ནས་དེ་ལ་འདྲོགས་པར་བྱེད། དེ་
ནས་བྱ་ཆོད་རྣམས་ཀྱིས་བཅ་པོ་ཐོས་ཆར་རྩས་ཅུས་བ་རྣམས་ཤ་ཏེ་རྣམས་ཀྱིས་བརྒྱངས་ཤིང་བྱེ་མར་བཏར་
རྩས་ཅུས་པར་བསྐྱེས་ཏེ་བྱ་ཚོགས་ལ་སྐྱེན་པར་བྱ། དེ་ནས་དུར་ཁྲོད་དུ་ཡོང་བའི་རྩེ་མི་ཚང་མས་མ་ཉམ་དུ་
ང་འཐུང་སྟེ་ཕྱིར་ལོག་ཕྱིར་ཡོང་སྐབས་གང་སར་མི་འགྲོ་བར་འདས་པའི་བྱིས་དུ་འགྲོ་དགོས་ཤིང་། བར་དུ་
མ་སོང་ཕྱོད་དོ་དཀར་པོ་མེར་བྱེག་ཅིང་དེའི་སྤྲོད་དུ་རྒྱ་ཕུར་ནས་རྒྱངས་པས་རོ་བྱིབ་སེལ་བའི་ཕྱོལ་ཡོད་
ཅིང་དེ་ནས་རྒྱ་དཀར་དང་རྒྱ་ནག་གིས་ཞབས་ཁྲུས་བྱས་ཏེ་ད་གཞོན་བྱིས་དུ་འགྲོ། དགོན་སྟེ་ལག་ལ་མང་
ང་བཀོལ་བ་དང་སྐྱ་མ་རྣམས་ལ་བསྟོར་རྟེན་འབུལ་བ། སྤྲོད་གནས་སྤང་བ་སྐྱོགས་དགེ་རྩ་གང་ལེགས་
བསྐྱབས་ཤིང་། ཆོ་ལས་འདས་པའི་ཉེན་ནས་བཟུང་དགེ་འདུན་པ་ཞིག་གིས་ཞག་ཞི་དགའའི་བར་དུ་ཁྲུ་
མཚོག་གསུང་སྟེ་ཉེན་རེ་བཞིན་ཆ་གསུར་བཟོ་ལ། བདུན་ཚོགས་བདུན་གྱི་མཐར་དགེ་འདུན་པ་ལྟ་བུ་གེ་

གདན་དྲངས་ཏེ་ཀུན་རིག་གི་ཆོ་ག་གསུངས། དེ་ནས་བཟུང་ལོ་གསུམ་གྱི་རིང་གི་ཆོགས་ཉིན་དགེ་འདུན་
 བ་གསུམ་བཞི་རེ་གདན་དྲངས་ཏེ་ཀུན་རིག་གི་ཆོ་ག་གསུང་བ་དང་རང་གི་བྱིམ་མི་དང་གཞན་རྣམས་བཅོལ་
 བ་སྦྱང་གནས་བསྐྱེད་བར་བྱ། དེ་ནི་འདས་པོ་ངན་སོང་མེད་པར་བདེ་འགྲོར་བཞུགས་པར་རིམ་གྱོ་བྱས་
 བ་ཡིན་ལ། འདུན་བྱེད་པའི་དུས་ལུན་ལོ་གཅིག་ཙམ་ཡིན། དེའི་བར་དུ་བྱིམ་མི་དང་ཉེ་རིང་རྣམས་ཀྱིས་
 ལྷོན་མོ་དང་སྤྱ་ལེན་གར་ཅེད་སོགས་ཁྲོམ་ཆོགས་གང་ལ་ཡང་མི་ཞུགས་ལ་ལོ་སར་ཀྱང་མི་གཏོང་ངོ་།

བཅར་འདྲི་བྱེད་ས། ཆོས་རྒྱ་མཚོ། ལྷ་འབྲུམ་ཆེ་རིང་། དགེ་འདུན།

ང་པ་^① མེའུ་རྒྱལ་ཡུལ་གྱི་འདས་མཆོད་རྒྱུ་ལྟངས་རགས་ཅམ་སྤྱོད་བ།

སྐུ་མཆོག་། རྩ་བོ།

ཐུན་འཕྲེལ་གཏམ།

སྤྱིར་ས་སྤྱོད་འདིར་གནས་པའི་སྤྱི་འགྲོ་གང་ཞིག་ལ་མཆོན་ན་ཡང་། སྤྱིས་ནས་འཆི་བ་ནི་འཁོར་བའི་
ཆོས་ཉིད་དུ་གྲུབ་ཡོད་གཤིས། སྤྱིས་ཀྱང་ནམ་ཞིག་ལ་འཆི་དགོས་ཤིང་འཆི་བ་བརྒྱུད་དགོས་པ་ཞིག་ཏུ་
སྤངས་སྤྱིང་། རྩེ་བྱག་འགྲོ་བ་མི་སྤྱི་སྤངས་དོར་འབྱེད་པའི་སྤྱི་མིག་ཅུང་ཟད་མངའ་བ་ཞིག་དང་། རྩེད་པར་
འདི་ཕྱི་གཉིས་ལས་ཕྱི་མ་དམིགས་སུ་འཛིན་པའི་དང་ཐུན་བོད་མི་ནམས་སྤྱིས་ནས་ཇི་ལྟར་འཆོ་བ་དང་།
ཤི་རྩེས་བཅའ་པོ་བདག་ཇི་ལྟར་བྱེད་པ་དང་། དགེ་སྤྱིག་གི་ནམ་སྤྱིན་སྤྱོད་པའི་ནམ་ཤེས་ལ་དགེ་ཅུ་བྱ་བ་
སྤངས། མཐའ་འཁོར་གྱི་གོགས་དང་མཛའ་བཤེས། ཡུལ་མི་སྤྱི་སྤྱོད་དག་གིས་དེ་ལ་སྤྱི་མ་མི་ལྟར་བྱེད་
པའི་རྒྱུ་ལ་གྲུབ་མཐའ་གསར་རྟོན་དང་། མདོ་དབུས་ཁམས་གསུམ་སོགས་གང་ལའང་གཤིན་པོར་འདས་
མཆོད་རྒྱུ་བ་སྤངས་ནི་ས་སྤྱོད་མེ་ཏོག་བཞིན་སྤྱི་ཆོགས་ཆོགས་ཤིག་ཡོད་མོད། དཔལ་འདིར་དེ་དག་ལས་རང་
གི་སྤྱི་ས་སྤྱིས་ཡུལ་གྱི་ཡུལ་མི་དག་གིས་གཤིན་པོ་ཇི་ལྟར་སྤྱི་བའི་གོ་རིམ་རགས་བསྐྱུས་ཤིག་ཆུན་པ་དག་
ལ་བཅར་འདྲི་བྱས་ཏེ་འདིར་རགས་ཅམ་སྤྱོད་བར་བྱའོ།

མི་ཤི་མ་ཐག་བཅའ་པོར་བདག་བྱེད་པའི་རྒྱུ་ལ།

ཕྱི་སྤྱིག་ཆད་དེ་ནང་སྤྱིག་མ་འགག་པའི་སྤྱི་བས་སུ་ཡུལ་གཅེར་བུར་བྱུང་དེ་རྩེན་པར་ཐང་དུ་པོ་ལག་
གཡམས་མོ་ལག་གཡོན་པའི་སྤྱོད་བཞག་སྤྱི། མགོ་ཤར་དུ་བསྐོར་རྩེས་སྤྱི་ཏུ་དངོས་པོ་གང་ཅུང་ཞིག་གིས་
བཀའ་བ་རྩེས། འཛིག་སར་བྱུང་མེད་པར་སྤྱི་བས་གང་བདེ་བྱེད་མོད། ཡིན་ཡང་དེས་པར་ས་སྤྱིར་དགོས་པ་
སོགས་ཀྱི་དོན་བྱུང་ཆོ་མཆོན་རྩེད་མཐན་གྱི་བ་ཡིན་དགོས་ལ། དེས་མཆོན་མ་བརྩོད་པར་བཅའ་པོར་རེག་
མི་ཆོག་ལ་གཤིན་པོའི་སྤྱི་ཆོག་ཀྱང་བྱེད་སྤྱི་མེད་དོ། མཆོན་རྩེད་མཐན་གྱིས་སྤྱི་མར་སྤྱི་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱི་བས་

① རྩེ་བྱུང་གི་ཤར་བྱོགས་སུ་སྤྱི་ལེ་ཐུག་ཅམ་སོང་བའི་སར་གནས་ཤིང་རྩེ་སྤྱོད་སྤྱོད་དུ་བྱས་པའི་རྩེ་སྤྱོད་
འཁོར་པར་གྲགས་ཤིང་སྤྱི་བ་ཐུ་སྤྱི་རག་ཅོད་དང་ལུ་ནང་འཆོས་ཅོ་རྩེ་ཐང་ཁོག་ཆེན་བཅས་སུ་ཡོད་པ་ལས་ཐུ་མ་གཉིས་
ས་སྤྱི་བ་དང་རྩེ་ནང་བ་ཡིན་ཕྱི་མི་དག་དགེ་བྱགས་པ་ཡིན་ལ་ཞིང་འཛིག་གཉིས་ལ་བརྟེན་ནས་འཆོས་ཡོད།

ཆེས། སངས་རྒྱལ་གཙུག་རྒྱུད་ཅན་དང་མགོན་པོ་འོད་དཔག་མེད་སྟགས་སངས་རྒྱལ་མང་བོའི་མཚན་
བཟང་སྟེ་ཡོད། གཤིན་པོའི་ན་ལས་དུ་སྟོན་པར་བྱས་ཆེ་བྱི་མར་ངན་སོང་དུ་མི་སྐྱེ་བའི་ཕན་ཡོན་ཡོད་
པར་བཤད། སངས་རྒྱལ་མང་བོའི་མཚན་བཟོད་ཆེས་དག་ཟོད་ལྷ་མ་སྟགས་བསྟེན།

བྱིས་མཚན་དང་སྟེ་བས་རྟོགས་བྱེད་ཚུལ།

ཤི་བོ་ཚང་ལ་གོ་རེ་དང་མཚན་མེ་ཁ་ལན་^② དང་ཉ་སྟུང་^③ རེ་བྱིས་ཡོང་སྟེ་རྟོགས་རམ་གྱི་ཚུལ་དུ་
ཤི་བོའི་དགོ་ཅ་སྐྱབ་པའི་མཐུན་ཁྱེན་དང་བྱེད་ཚང་ལ་མ་བཟང་ཞེས་ཁ་བཏགས་དང་སྟོར་འགའ་རེ་སྟེར་
ལ། བྱིས་ཁ་བཏགས་ནི་བཟླ་ཤིས་པའི་དུས་སྐབས་སུ་བཀོལ་བའི་ཆས་སུ་འདྲེན་མོད། ཡིན་ཡང་སྐབས་
འདིར་སེམས་པ་གཅང་བའི་མཚན་དོན་དུ་འཛིན། ཁ་ལན་ལ་རྟོགས་རམ་གྱི་ཚུལ་དུ་སྟོར་དང་རྟོགས་
སྟེར་སྟེ། དེ་གཉིས་ལོ་མ་སར་བར་དུ་སྟེར་སྟེ་ཡོད་མོད། འོན་ཀྱང་ལོ་སར་ཆེས་སྟེར་སྟེ་མེད་ལ་དེའི་
བར་གཤིན་པོ་ཞེ་དགའི་ཁ་གང་མེད་ཆེ་དེ་དག་ཀྱང་སྟེར་རོ། ཨ་མཚན་དང་ལྷ་མ་སྟགས་གྱི་འབྲལ་བའི་
ཕྱོགས་ནས་དགའ་ཁག་ཐོན་པ་དང་། མདོར་ན་གཤིན་པོར་དགོ་ཅ་བསྐྱབ་བྱིས་ཤི་བོར་སྟགས་སུ་རེ་སྟེར་
ལ། བྱིས་ཚང་དེར་སྟག་དུ་ཡོད་ན་དེ་ཆ་སྟོམས་གྱིས་བཟའ་མེར་བཀོས་ཏེ་ཤི་བོའི་སྟག་སྐལ་གཉེན་ཉེ་དུ་
དང་། རང་གི་སྟགས། རོ་ཤིས་སྟགས་ལ་གོང་མཚན་པོའི་སྟོན་ནས་བཅོང་སྟེ་དེའི་རིན་ཤི་བོར་དགོ་ཅ་སྐྱབ་
སྟུང་བྱེད་དོ།

གཤིན་ཚན་གྱི་སྐོར།

ཨ་མཚན་གྱི་ཁ་གངས་ལ་གཏན་འཁེལ་མེད་པར་བྱིས་ཚང་དེ་གའི་འབྱོར་བའི་བཟང་ངན་གྱིས་དགོན་
པར་བྱ་བ་དང་། བདུན་གཅིག་འདེད་པ་དང་བདུན་གཉིས་འདེད་པ་སྟགས་གང་ཡིན་ཡང་ཐམས་ཅད་
བྱིས་ཚང་དེ་གའི་འབྱོར་བའི་རྒྱས་ཚད་ལ་ཉ་སྟུང་། ཨ་མཚན་དག་གིས་ཀུན་རིག་དང་འཇིགས་བྱེད་སྟགས་

② ཁ་ལན་ཞེས་པ་ནི་བྱིས་ཚང་ཞིག་ལ་མི་ཞིག་འདས་ཆེ་དེར་སྟོར་མོ་དང་དངོས་ཆས་སྟགས་འབྱོར་ཡོང་སྟེ་དེ་ཚང་ལ་
སྟེར་བའི་སྟེ་ཡོད་ལ་བྱིས་ཚང་ཕན་ཚུན་བར་བྱིན་པའི་དངོས་པོ་གང་ཡིན་ཡང་འདྲ་མཚུངས་ཡིན་དགོས་ཏེ་བྱིས་
ཚང་དེར་སྟོར་ཆེ་བྱིན་ཆེ་ཆེས་ནས་གཞན་པ་ཚང་ལ་འདྲ་སྟོར་ཆེ་སྟེར་ཞིང་རྒྱུན་དེ་ཆད་ཆེ་བཟླ་མི་ཤིས་པ་ཞིག་དུ་བཅི་
སྟེ་ཡོད་འདུག་གོ།

③ ཉ་སྟུང་ཅེས་པ་ནི་བྱིས་ཚང་དེར་སྟེན་བྱུང་བས་མ་བཟང་ཞེས་བྱིས་ཡོང་བའི་དངོས་པོ་དག་ལ་ཟེར།

བདུན་གཅིག་ཡས་མས་ཤིག་ལ་གསུངས་ཤིང་ཞེ་དགུར་ཨ་མཚན་དབུ་མཛད་ལ་གསུར་དང་། བཅའ་ཚུམ་
སོགས་དགོན་པར་བསྐྱལ་དྲེ་ཨ་མཚན་གྱིས་ཉིན་ཞག་ཞེ་དགུ་བར་བཏོན་པས་ཚོག་གོ།

ཐོག་མར་གདན་དྲངས་པའི་སྤྱི་མ་ནི་ལྷུས་མགོའི་སྤྱི་མ་ཡིན་ལ། དེ་ངེས་པར་གཤིན་པོ་ཁོ་རང་དང་
པ་བརྟན་ས་དང་ཚོས་འབྲེལ་ཡོད་ས་ཞིག་ཡིན་དགོས། སྤྱིར་ཉིན་ཞག་ཞེ་དགུའི་ནང་སྤྱི་མ་མང་བོ་གདན་
འདྲན་མོད་འབྲེལ་བའི་ཚུགས་ནས་ལྷུས་མགོའི་སྤྱི་མར་སྤྱི་མ་སྤྱི་མ་གསུམ་མེ་ངེས་པར་དབུ་མ་དགོས་པ་དང་།
དེ་མི་ཞིག་གི་ཤིང་ཤིང་འབྲེལ་བ་དང་མ་གཞི་མེ་མེ་ཚུན་ནས་འབྲེལ་སྤྱི་མ་སོགས་ཀྱང་ཡོད་དོ། །ཞག་གསུམ་འགོར་
ཤིང་ཞག་གསུམ་སྤྱི་མ་ཞེས་བྱིས་ཚང་རང་གི་འཕྲོར་བའི་རྩལ་མཚན་གྱིས་ལྷ། ཞག་གསུམ་འགོར་བའི་ཉིན་
དེར་མེ་མེ་སྤྱི་མ་གྱི་དགོན་པ་གོང་འོག་གི་གྲུ་བ་ཐམས་ཅད་དང་། མཐའ་འཁོར་གྱི་བྱིས་ཚང་དག་ཀྱང་གཤིན་
པོ་ཚང་ལ་འཛོམས་དྲེ་མ་ཅི་སོགས་འདོན། དེ་མིན་ཞེ་དགུའི་ཉིན་ཚུན་གྱི་ཨ་མཚན་དང་ཚོགས་པའི་སྤྱི་མ་
ལྷ་མིང་ལ། ཉི་མ་དེར་འདོན་ལྷ་ལ་ཁྱད་པར་མེད་པར་སྤྱི་མས་གང་གསུངས་ཏེ་བྱེད་ལ་ཞེ་དགུའི་ཉིན་
འཕྲོ་བ་འདེབས་པའང་ཡོད་དོ། ། གཤིན་པོ་ལོ་དེའི་དུས་ཚོགས་གང་ལ་གི་བ་ཡིན་ན་ལོ་དེའི་དུས་ཚོགས་
དེར་གཤིན་པོའི་ཤི་ཚོགས་འདོན་པའི་སྤྱི་མ་ཡོད་དོ།

གཤིན་སྐར་གྱི་སྐར།

མི་ཞིག་གི་ཤིང་ཤིང་དེ་རིང་གི་ཚེ་སང་ཉིན་དུར་སར་བསྐྱལ་བ་ལྷ་བྱ་མིན་དྲེ། ཤི་བའི་གཤིན་ཚེས་བྱས་
པའི་སྐར་མ་ཡག་ཤོས་ཤིག་བདམས་ནས་ཉིན་དེར་དུར་སར་སྐྱེལ་དགོས། སྤྱིར་དུར་སར་སྐྱེལ་མཐན་དང་
དུར་ལས་བྱེད་མཐན། དགོ་ལས་སྐབས་སྤྱི་མ་དང་ཨ་མཚན་བསུ་བ་སོགས་གང་ཡིན་ཡང་ཉི་ནི་^④ ཞེས་
པའི་ཚོགས་པ་ཞིག་ཡོད་ལ། དེས་མགོ་མཇུག་ཐམས་ཅད་ནས་འགན་སྲུངས་དྲེ་བསྐྱབ་སྤིང་། ཉིན་དེར་བེམ་
པོ་དུར་སར་འབྲེལ་སྐབས་ངེས་པར་སྐྱེལ་མཐན་པར་ཆ (རོ་དུར་སར་སྐྱེལ་མཐན་ལ་ངེས་པར་ཆ་བྱངས་
དྲེ་གཉིས་དང་བཞི་དང་དུག་ལྷ་བྱའོ།) དང་ཚུར་ཡ་ (གོང་མ་དང་ཚོགས་པའོ།) བྱས་ནས་ཡོང་དགོས་
ཤིང་། དུར་སར་བྱེད་ཤུལ་དུ་སྤྱི་མ་ཞིག་དང་ཡག་ཤིང་ཞིག་འཛོག་པའི་སྤྱི་མ་ཡོད་ལ། དེ་ཏུར་འཛོག་

④ ཉི་ནི་ཞེས་པ་ནི་ཅུ་སྐར་དང་ལྗེ་བའི་ནང་ནས་ཆེད་དུ་བྱིས་ཚང་ཞིག་ལ་མི་ཞིག་གི་ཆོ་དེའི་མགོ་མཇུག་བར་གསུམ་
ལ་རོགས་དང་འགན་ཁུར་བའི་ཚོགས་པ་ཞིག་ཡིན་ཚོགས་པ་འདྲི་ཉི་འབྲེལ་རྒྱུ་རྒྱུ་གིས་བསྐྱོགས་པ་ལྷ་བྱ་མིན་པར་
མང་ཆ་བས་རང་གི་མཐའ་འཁོར་གྱི་བྱིས་ཚངས་སོགས་དང་བསྐྱོགས་ཡོད་དོ།

པའི་རྒྱ་མཆོན་ནི་ཤུལ་དུ་སྐྱབ་བཞག་པས་གཤེན་པོར་དགེ་ཅ་རྒྱ་ཆེན་བསྐྱབས་པས་དགའ་སྤྱད་དང་ཡག་ཤིང་
བཞག་པས་འདས་པོ་སོང་ཡང་ཤུལ་གྱི་ཁྱིམ་མི་དང་སྒོ་ཕྱགས་ཐམས་ཅད་ནད་མེད་བདེ་ལེགས་ཡོང་བའི་
རྟགས་སུ་བཅོལ། ། བཅའ་པོ་རྒྱལ་ལོ་ལོར་དང་ཡང་ན་ལལ་འགོལ་བ་སོགས་གང་བྱས་ཀྱང་དུར་སར་མ་
ཐོན་བར་སར་མི་འཛོག་གལ་ཏེ་སར་བཞག་ཆོས་དེ་ནི་གཤེན་པོའི་གཤེན་ས་ཡིན་ཞེས་བཤད་སྟོལ་ཡོད་
དོ། ། དུར་སར་ཐོན་དུས་དུར་ལས་བྱས་ཏེ་ཕྱིར་ལོག་ཁར་ངེས་པར་ཆང་དང་རང་གི་གཅིན་སོགས་ཀྱིས་ལག་
པ་སོགས་བཀྲུ་ལ། དེ་ལྟར་བྱེད་དོན་ནི་བཅའ་པོར་གྲིབ་ཆེ་བས་ཡིན་ལ་དེང་སང་མང་ཆེ་བས་ལག་ཤུབས་
ཁྱོན་པས་ལག་ཐེན་དུ་བཅའ་པོར་རེག་མི་དགོས་པའི་སྐབས་བདེ་བསྐྱུན་ཡོད་དོ། །

ཁྱིམ་མཆོས་དང་ཐེ་བས་གཤེན་ཆོས་སྐྱབ་པ།

འདས་པོ་ཆང་གིས་ཅུ་སྐོར་དང་ཁྱིམ་མཆོས་ལ་སྦྱང་སྟོལ་དུ་སྐོར་གཉིས་རེ་སྟེར་བྲིད། སྐོར་གཉིས་ནི་
གཏན་འཁེལ་ལྟར་སྟོན་ནས་ད་ལྟའི་བར་རྒྱན་འབྱམས་སུ་སོང་ཡོད་ལ། ཉི་མ་དེར་ཁྱིམ་ཆང་དེའི་མི་ཞིག་
གིས་ངེས་པར་སྦྱང་གནས་བསྐྱུང་དགོས། གཤེན་པོར་དགོན་པ་ལག་ལ་མ་ཁྱེ་བཅོལ་བ་དང་ཕྱག་སྐོར་སོགས་
ལས་སྒྲངས་ཏེ་ཞེ་དགུའི་བར་འབྲུབ་ཐབས་བྱེད་པ་དང་། གཤེན་པོ་ཆང་ལ་འཕྱོར་བ་ཞན་ན་ཅུ་སྐོར་གྱིས་
དགོན་པར་བདག་འཇུག་ལེན་སོགས་ཀྱང་བྱེད་དོ། ། ཁོ་དེར་གཤེན་པོ་ཆང་ལ་ལོ་སར་མེད་པས་ཁྱིམ་མཆོས་
ཅུ་ཐེ་བ་སོགས་ཀྱན་གྱིས་ལོ་སྐལ་སྐྱེལ་བའི་སྟོལ་ཡོད་ལ། གཤེན་པོ་ཆང་གིས་ཐེར་ཁ་དང་། གོ་རེ། ལྷན་
དང་བྱད་སོགས་གཅིག་ཀྱང་ལས་པའི་སྟོལ་མེད་དོ། ། ལོ་སྐལ་སྟེར་དོན་ནི་གཅིག་ནས་ལོ་དེར་ཁྱིམ་ཆང་
དེར་འགྲོ་སོང་མང་བས་དང་། གཉིས་ནས་གོད་ཁ་བྱུང་ཡོད་པས་འབོད་རེས་དང་སྒྲིག་སོགས་འཛིག་
རྟེན་སྒོ་དགའི་རིགས་ལ་ཅུང་ཟད་རྒྱང་བཀྲེད་དེ་ལོ་སྐལ་སྟེར་མཐའ་དག་ལ་ཅུང་སྤྲུག་པའི་ཉམས་ཀྱིས་ཐེ་
ལེན་བྱེད་པའི་སྟོལ་ཡང་འདུག་གོ། །

མཇུག་དུ་ལྷས་པའི་གཏམ།

གོང་འོག་བསྟོལ་ཅིང་སྟོན་འཕྲིས་དབུལ་བའི་ར་བ་རྫོང་མེའུ་སྐོར་ཡུལ་གྱི་འདས་མཆོད་སྐྱབ་སྐྱངས་
རགས་རིམ་ཐོར་བསྐྱས་འདིར། མ་ཆང་ས་དང་མ་འཁྱོངས་ས་མང་བོས་གཡས་འཐེན་གཡོན་འཁྱེར་གྱུར་
འདུག་ནའང་། འདིར་རང་གི་ལྷས་ཆོད་ཀྱིས་སྟེང་ཡོད་པ་ནི་ར་བའི་མེའུ་སྐོར་ཡུལ་ཆོའི་རྣམ་དག་དགོན་
དང་། མཆོད་རྟེན་ཚུགས་དགོན་པ་གཉིས་ཀྱི་ལྷ་ཐེས་འདས་མཆོད་སྐྱབ་སྐྱངས་ཅམ་བཀོད་པ་ལས་མེའུ་སྐོར་

ཁྱི་ནས་འགོད་དགོས་ཆོ། གྲུབ་མཐའ་མི་འདྲ་བ་སོགས་ཀྱང་དུ་མ་ཞིག་འདུག་པས་འདིར་དེ་ཙམ་གྱིས་
འཐུས་པར་བྱས་ཡོད་དོ།

བཅར་འདྲི་བྱེད་པ། བྱམས་པ། (ས་གནས་ཡུལ་ཚོའི་ཚང་ཁང་། ཏུས་ཚོད། 2016.3.2)

འཛིགས་མེད། (ས་གནས་ཁོག་ཆེན་སྡེ་བ། ཏུས་ཚོད། 2015.8.24)

བཙོན་འགྲུག། (ས་གནས་རྩམ་དག་དགོན། ཏུས་ཚོད། 2016.3.1)

བཅར་འདྲི་བྱེད་མཁན། སྐུ་མཆོག་

ཕྱག་ལེན་རྒྱུ།



དང་ལ་ཚུགས་ཀྱི་གྲ་སྟོན་སྐོར་རགས་ཙམ་བཤད་པ།

རྒྱལ་ཚང་ཀམ་ཚུལ་ཁྲིམས་ནམ་རྒྱལ། / རྒྱ་དམར་ལེག་།

སྐྱེང་གཞི།

དེ་ཡང་གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་ཐོངས་འདིར་སྟོན་མའི་རིགས་ལྷ་ཚོགས་ཤིག་ཡོད་པ་ལས་འདིར་དང་ལའི་ཚུགས་ཀྱི་གྲ་སྟོན་སྐོར་ནས་རགས་ཙམ་སྐྱེང་བར་བྱ་སྟེ། ངའི་པ་ཡུལ་དང་ཕྱེ་བ་འདི་གཉིས་ཕྱེ་མཚོས་ཡིན་ལ་ཕྱེ་བ་འདིར་ངའི་སྤར་སྟོན་རྒྱུ་བས་ཀྱི་དགེ་ཤོན་ཞིག་ཡོད་པས་ཁོང་གི་རིགས་རམ་ལ་བརྟེན་ནས་སྤར་བོད་ཕྱེ་བ་གཞུང་ནག་རྒྱལ་ཁྲིམས་ཀྱི་དཔོན་པོའི་རྟ་གཡོག་ཚང་གི་སྐྱ་སྐས་སྟོ་འཛོལ་སྟེ་རྒྱལ་རྒྱས་ཚང་དང་མཇལ་འཕྲད་བྱེད་པའི་གོ་སྐབས་རྟེན་བྱུང་ལ། ཁོང་དང་སྐྱེང་མོལ་ཞིབ་རྒྱས་བྱེད་པའི་སྐལ་བའང་བྱུང་བས་འདིར་གཙོ་བོ་ཁོང་གི་གསུང་རྒྱལ་གཞིར་བྱས་ནས་བྲིས་པ་ལགས་སོ།

དེར་ཡང་རྒྱ་མཚན་དུ་མ་ཞིག་ཡོད་དེ། གཅིག་ནས་ཁོང་ནི་ཕྱེ་བ་འདིའི་ཕྱེ་དཔོན་ཐོག་མ་ཡིན་ལ་གཉིས་ཀྱི་རིག་གསར་གྱི་རྒྱུས་ནས་ཕྱེ་བ་འདིར་གྲ་སྟོན་གྱི་སྟལ་ཐོག་མ་ཕྱེ་མ་མཁན་ཡང་ཁོང་རེད། དེ་བས་ཉིད་ཀྱིས་བྲིས་པའི་དང་ལ་ཚུགས་ཀྱི་གྲ་སྟོན་རོལ་སྟལ་འདི་དོན་ཀྱིས་བོད་ཕྱེ་བ་གཞུང་གི་གྲ་སྟོན་རོལ་སྟལ་དངོས་ལོས་ཡིན་སྟམ་པའི་ལོག་རྟོག་ཀྱང་དུ་མ་སྟེས་སྟོང་།

གྲ་སྟོན་གྱི་ཁྲུངས་སྐྱེར་བཤད་པ།

ང་ཚོ་ཚང་མས་ཤེས་གསལ་ལྟར་བོད་ནི་རྒྱ་གར་རིག་གནས་ཀྱི་ཤུགས་སྟེན་ཆེས་ཆེ་བའི་མི་རིགས་ཤིག་ཡིན་ལ་གནང་ནས་ད་ལྟའི་བར་རྒྱའི་རིག་གནས་ཀྱི་ཚ་རྒྱུས་བོད་ནས་འཇགས་མ་སྟོང་ཞེས་བརྗོད་ཀྱང་མི་ཚོགས་པ་གཏན་ནས་མེད། ཡིན་ནའང་དེ་དག་ཀྱན་སྒྲུང་དོར་དང་ཐུན་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ནང་འདྲེན་ཞིག་ལས་སྒྲན་པོ་རྒྱ་གར་གྲིད་ཀྱི་ལཱ་མོ་འབའ་ཞིག་མིན་པ་སྒྲ་སྟོར་བམ་གཉིས་ཙམ་གྱིས་ཀྱང་ཤེས་སྤར་བས་འདིར་སྐབས་སྐུ་མ་བབས་པ་ལ་རྒྱས་སྟོན་གྱི་ངལ་བ་མི་བྱེད་དོ།

དེས་ན་སྐབས་འདིར་རྒྱ་གར་གྱི་རིག་གནས་སྐྱེང་ནས་དགོས་པ་དང་འབྲེལ་བ་ཅི་ཞིག་ཡོད་ཅེ་ན། རང་

སྟོན་རྩལ་སར་དངོས་སུ་སོང་ཆུང་། བྱིས་སུ་ངས་ཨ་མར་གྱུ་སྟོན་རྩལ་སྐབས་ཀྱང་སྐབས་དེའི་ལུགས་སྒྲུལ་
དག་དྲན་ཆོད་ཀྱིས་ཨེ་ཐོན་བཞུགས་པ་ཡིན། ཡིན་ནའང་ཆ་སྟེན་གྱི་དབང་གིས་ཟུར་ཟུར་གཏན་ནས་ཐོན་
མ་སོང་། ཞེས་དང་། ཡང་དེའི་སྟོན་དུ་རྒྱུ་ཡི་ཚུགས་འདིར་གྱུ་སྟོན་དར་མེད་པ་མངོན་གསལ་རེད། ཟླ་
མི་དག་གིས་ངས་ཨ་མར་གྱུ་སྟོན་རྩལ་དགོས་པའི་སྐད་ཆ་ཐོས་པས་ཚང་མས་ཅེ་ཡིན་འདི་ཡིན་གྱི་གཏམ་
ལྷ་ཆོགས་འདྲི་ཡི་འདུག་ཅེས་ཐུགས་ཁེངས་པའི་རྣམ་པ་ཡིས་ཡང་ཡང་གསུང་གིན་འདུག།

དེ་ལྟར་དགེན་ཁོང་གིས་ཡུལ་རྒྱུ་ཡི་ཚུགས་སུ་གྱུ་སྟོན་གྱི་ས་པོན་ཐོག་མར་བཏབ་ཀྱང་བྱིས་སུ་འཕྱོར་
བ་དང་ཕྱི་འབྲེལ་གྱི་བྱ་ག་སོ་སོ་ལས་ཡུལ་ཡུང་དང་མི་རིགས་གཞན་པའི་ལུགས་སྒྲུལ་གྱི་རྒྱུ་ཕྱོད་ཡོད་དུག་
པས་རྒྱུ་ཡུལ་ཟླ་བའི་ཡུལ་སྒྲུལ་གྱི་རྒྱུ་ཡོད་ཁ་དོག་ཟུར་ནས་ཟུར་དང་འཇུག་བཞིན་ཡོད་ལ་དུང་ཡུལ་
ཟླ་འདིར་གྱུ་སྟོན་དར་ནས་ལོ་བརྒྱ་ལྷག་འགའ་ལས་སོང་མེད་དེ། ཁོང་གིས་དེ་དུས་རྒྱུ་ཡུལ་མཚོ་སྟོན་གྱི་
ས་ཁོངས་སུ་བཞོས་ནས་ལོ་གཉིས་ཙམ་ལས་སོང་མེད། སྐབས་དེར་ང་རྒྱུ་ཡུལ་ཟླ་བའི་རྒྱུ་ཡུལ་ཡིན། གྲུང་
དམག་པོད་དུ་མ་སྐབས་སྟོན་ད་ལྟའི་ཁྱོད་ཆོད་ཟླ་བ་(རྒྱ་དམར་ཟླ་བ་)ལྷ་ཕུའུ་རྒྱུ་ཡུལ་བཟུང་ཡོད་པས་
རྒྱ་ཟླ་ཟེར་ཁིང་ཆོད་ཟླ་བར་(རྒྱུ་ཡུལ་)པོད་ཟླ་ཟེར་ཞེས་གསུངས། དེ་པས་བཞུགས་ཆོད་ཀྱིས་ཟླ་བ་འདི་
བའི་གྱུ་སྟོན་ཡི་གེར་པཔས་པར་རིན་ཐང་ཆེར་མེད་པར་སྟུང་མོད། ཡིན་ནའང་ཁོང་གི་གསུང་དེ་ལས་ང་
ཆོས་ཁེས་པར་དུ་ཤེས་དགོས་པ་ནི་ད་ལྟའི་རྒྱུ་ཡུལ་གྱི་གྱུ་སྟོན་རྩལ་སྐབས་འདི་དོན་དངོས་སུ་ཟུར་
པོད་ཟླ་བ་གཞུང་གི་གྱུ་སྟོན་རྩལ་སྐབས་དང་པལ་ཆེར་གཅིག་དུ་བཤད་ཀྱང་མི་ཆོག་པ་མེད་པས་ཁོ་བོས་
ཀྱང་བཅར་འདྲི་བྱ་ཡུལ་གཞན་མ་བཅོལ་བར་དགེན་སྐྱེ་འདྲི་སྐྱག་རྒྱས་ལགས་གྱི་དག་རྒྱུན་ཁོ་ནར་ཡིད་
བཅོལ་བྱས་ཏེ་ངལ་བ་ཐུན་ཙམ་བཞུན་པ་ལགས་སོ།

གྱུ་སྟོན་རྩལ་སྐབས་དངོས།

གོང་ནས་བཤད་པ་ལྟར་ཡུལ་རྒྱུ་ཡི་ཚུགས་སུ་གྱུ་སྟོན་དར་ནས་ད་ལྟའི་བར་ལོ་བརྒྱ་ཙམ་ཡང་ལོན་
མེད་ནའང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱུན་རྒྱུང་རིང་བའི་པོད་ཟླ་བ་གཞུང་གི་གྱུ་སྟོན་རྩལ་སྐབས་དང་ཁྱུང་པར་ཆེར་མེད་
པ་ལྷ་ཕུར་མངོན་པས་ཆོས་ཐུན་དག་ལ་ལགས་སྐྱེས་ཀྱི་རྒྱུ་ཡུལ་རྒྱུ་ཡུལ་ཟླ་བའི་བར་བརྗོད་ན།

ཐོག་མར་བཞེས་པོ་དེ་ཉིད་དགུང་ཀྱངས་དོན་དགུ་ལོན་པ་དང་སྟོན་སྐྱེ་དང་ཆོ་སྐབས་ཐོགས་ཀྱི་རིམ་
འགྲོ་ཆོག་རྒྱ་ཆེར་ཟླ་བའི་སྒྲུལ་ཡོད་ཅིང་། བཞེས་པོ་གང་གི་བྱ་སྐྱག་གིས་གཙོ་བྱས་པའི་གཉིན་ཉེ་ཙམ་

ཆེན་དག་གིས་བྱིས་ཆང་རེ་རེ་བཞིན་གདན་དྲངས་ནས་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ཆེ་ཆུང་ཅི་ཅུས་བྱེད་སྒྲིབ་ཡོད། དེ་ནི་
 དོན་དུས་ནས་བཟུང་བྱ་བྱུག་གིས་རྒྱུ་རྒྱུ་ཤིང་ལོང་བ་ལས་བཟུང་བོ་དག་པར་བྱ་ཆ་བཟུ་བྱ་འགྲོ་
 བའི་ལུས་སྒྲིབ་དང་སྒྲིབ་ལུགས་མེད་པས་རེད། བཟུང་བོས་ཀྱང་གདན་ལྷན་ལྷན་བྱ་ཆེ་བ་ནས་ཆ་རབས་
 གྱི་ཐ་ཆུང་གི་བར་དུ་བྱིས་གཞིས་བཟུང་ཟེན་ཡོད་པའི་བྱ་ཆ་ཆང་མའི་བྱིས་དུ་མེད་པས་དགོས་ཤིང་། བྱིས་
 ཆང་རེ་རེར་བཟུ་གིས་པའི་ཁ་གཡང་དང་བཅས་ཤུལ་བཞག་གཡང་རྩས་ཀྱི་ཆུལ་དུ་རིན་པོ་ཆེའི་རིགས་
 དཔེར་ན་གཡུ་བྱུར་གཞི་སྒྲིབ་སྒྲིབ་འབྱོར་བ་ཅི་ཅུས་གནང་སྒྲིབ་ཡོད། གཡུ་ཏེ་བཟུང་བོ་ནད་པའམ་ཡང་
 ན་ཡར་མར་མེད་པས་སྒྲིབ་མི་བདེ་། མེད་པས་པའི་ལུས་སྒྲིབ་ཉམས་པ་སྒྲིབ་ཡིན་ན་དམིགས་བསམ་ལ་
 བྱིས་བཟུང་བོས་རང་ཆང་གིས་སྒྲིབ་པ་རྒྱུ་པ་ཞིག་མངགས་ནས་བཟུང་བོའི་ཆང་དུ་ཁ་གཡང་དང་གཡང་
 རྩས་གནང་སྒྲིབ་ཡོད། སྐབས་དེར་གཞོན་པ་དག་གིས་བཟུང་བོ་ལ་ལྷག་འབྲལ་དགོས་ཤིང་གྲུས་གྲུས་ལྷན་
 ལྷན་བྱིས་གཡང་རྩས་སྒྲིབ་ཏེ་ཆོས་སྐལ་^① དུ་སྒྲིབ་པས་དང་རྒྱུ་ཅི་ཅུས་ལྷན་། དེ་ནི་བཟུང་བོ་འཇིག་
 རྒྱུ་བྱི་ཐང་ཐིང་ལ་མི་འཁོར་བའམ་འཁོར་བའི་ལས་ལས་པར་བྱད་དེ་མཐའ་གཅིག་དུ་དགོ་བ་ཆོས་ཁོ་
 བར་འབད་པར་ལྷན་པ་ཡིན་ལ། ཆོ་མཚུག་དཀར་བོ་དགོ་ལས་ཀྱིས་ལྷག་པའི་རྒྱུ་ཅི་ཅུས་ཡང་ཡིན་འདུག་
 དེ་བཞིན་དུ་གཡང་རྩས་གནང་བ་འདིའང་ལྷན་པས་བྱ་ཆ་རྒྱུས་འབྱོར་ལྷག་རྒྱས་པ་དང་བྱིས་ལ་གཡང་
 འཁོར་བའི་རྒྱུ་ཅི་ཅུས་ཡིན་ནོ།

ཡིན་ནའང་ད་ལྟ་མང་ཆེ་བས་ལྷགས་འདི་བཞེད་ངེས་ཤིང་ཟེན་པར་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ཁོ་བོ་ཆུང་དུས་ལྟེ་བ་
 དེ་ཡི་བྱིས་ཆང་གཉིས་གསུམ་ཞིག་གི་བྱ་སྒྲིབ་དུ་སོང་ཡང་རྒྱའི་ལྷགས་བཞིན་ཤོག་ལྷག་དམར་བོ་བྱ་བཞི་
 ཞིག་དུ་སྒྲིབ་འབྱོར་ཆོད་རེ་སྒྲིབ་བྱིན་འདུག་པ་ལས་རྒྱུ་ཅི་ཅུས་རིན་པོ་ཆེ་མ་མཐོང་ལ་གཞོན་པའི་ལྷག་འབྲལ་
 དང་ཆོས་སྐལ་ཡང་མ་རིགས་པས་སོ།

ལྷན་སྒྲིབ་དུས་དྲངས་བརྒྱུད་བརྒྱུད་ལོན་པ་དང་ལོ་སར་བྱི་ཞོར་དུ་སྒྲིབ་རྒྱུ་^② རོལ། སྒྲིབ་རྒྱུ་ནི་
 བཟུང་བོའི་བྱིས་བྱི་བཟུང་མི་དག་ཁོ་ན་ལས་མི་གཞན་ཆེད་དུ་མི་འབོད་པར་སྒྲིབ་མོ་རྒྱ་ཆུང་ཆུང་ཞིག་གིས་

① ཆོས་སྐལ་ནི་སྐབས་དེར་བཟུང་བོ་ལ་འབྲལ་རྒྱའི་སྒྲིབ་པས་དང་རྒྱུ་ཅི་ཅུས་ཆོས་སྐལ་ལ་ཟེར།

② སྒྲིབ་རྒྱུ་ནི་ལོ་སར་དང་མཉམ་དུ་སྒྲིབ་བྱི་གོ་རིམ་རགས་ཙམ་ཞིག་བྱིས་མི་དག་དང་སྒྲིབ་དུ་རོལ་བ་ལས་མི་
 གཞན་མི་འབོད་པ་ལ་ཟེར།

རྟེན་འབྲེལ་འཛུམས་པར་བྱ་བ་ལ་ཟེར་ཞིང་། འབྱོར་བ་མི་བཟང་བ་དག་གིས་པལ་ཆེར་སྟོན་རྒྱུ་ལས་
 རོལ་གྱིན་མི་འདུག ཡིན་ནའང་འབྱོར་ཐུན་དག་གིས་གནང་ཡི་སྒོལ་བཞིན་སྟོན་ཆེན་དང་སྟོན་རྒྱུ་གཉིས་
 ཀྱང་རོལ་སྟོན་རྒྱུ་ནི་བགེས་པོའི་སྒྲིམ་སྐར་གྱི་ཉིན་མོར་རང་གི་གཉེན་ཉེ་དུ་མ་ལུས་པ་དང་ཕྱགས་སོ་སོའི་
 སྒྲ་མ། མཁམས་པ། དཔོན་པོ། འབྱོར་ཐུན་སོགས་ཤེས་འཛོན་རིགས་གསུམ་གང་གི་ཆ་ནས་ཀྱང་རྒྱུང་འཛུམས་
 པའི་མི་ཅི་ཙམ་གདན་འདྲན་ནུས་ན་དེ་ཙམ་གྱིས་གདན་འདྲན་སྒོལ་འདུག གྱ་སྟོན་གྱི་ཉིན་དེར་བགེས་
 པོའི་བྱ་ཆེ་བ་ནས་རིམ་བཞིན་གཉེན་ཉེ་དུ་ཆང་མ་བགེས་པོའི་མདུན་དུ་བཙུག་ཕྱེད་ཅིང་མཇུག་
 དར་དང་བཙས་འབྲེལ་བ་འབྲེལ་སྒོལ་ཡོད་ལ་བགེས་པོས་ཀྱང་བཟླ་གིས་པའི་ཁ་གཡམ་དང་སྒྲགས་ཉི་
 གཅས་སྐལ་^③ གནང་ངོ་།

ཆས་ལྷགས་དང་དེའི་མཚན་དོན།

གྱ་སྟོན་གྱི་ཉིན་མོར་བགེས་པོས་གོ་སྒྲགས་གདན་ནས་མ་འདྲེས་པའི་རས་ལ་དཀར་པོ་མནའ་དགོས་
 ཤིང་ཉིན་དེའི་ཐེར་ཁ་ཡང་དཀར་ཟས་ཁོ་ན་ལས་ཤ་སོགས་དམར་རིགས་གདན་ནས་འདྲེས་མི་ཆོག རས་
 ལ་དེ་དང་སང་ལྟར་ལུས་སྟོང་ལས་མི་ཁེབས་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་ལུས་ཆ་ཆང་ཁེབས་པ། དེང་མའི་བོད་ལ་
 སྟེ་དང་སང་གི་མོ་ལ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན། གོས་དཀར་འདི་གྱ་སྟོན་གྱི་ཉིན་མོ་ནས་ལོ་ཉིལ་བོར་ན་བ་མཁན་
 ཡོད་མོད། དོན་གྱིས་མོ་དེའི་འདུ་འཛུམས་དང་བྱ་བའི་མཛད་སྒོ་སོགས་དོགས་ཆེ་བའི་དོན་མཛད་སྐབས་
 དེས་པར་དུ་མནའ་དགོས་པ་ལས་རྒྱུན་གོས་མ་བྱས་ཀྱང་ཆོག་མོད་འདུག ལ་དཀར་པོ་གྱོན་དོན་ནི་སྦྱིར་
 ན་བོད་ཀྱིས་དཀར་པོ་འདི་ཉ་ཅང་ལེགས་པར་བཅི་བ་ཁ་བཏགས་དང་བྱེ་མར་ལྟ་བུ་ལས་ཀྱང་ཤེས་སྒྲ་ལ།
 སྒྲིམ་སྐར་ནང་ཆས་གྱི་མཚན་དོན་ལྟ་བུར་མཛོན་པས་གོས་དཀར་མནའ་ཉི་ལུས་སེམས་དྲི་མ་མེད་པར་དག་
 པ་ལྟ་ཡི་ཡུལ་དུ་འགྲོ་དགོས་པའི་བྱ་སྒྲིག་ཡིན་པར་བཤད་སྒོལ་འདུག གཞན་རྒྱ་གར་གྱི་བམ་ཟེ་དག་གིས་
 ཀྱང་ནགས་སྒྱ་གོས་དཀར་མནའ་ནས་བསམ་གཏན་ལ་གནས་པའི་སྒོལ་ཡོད་པས་དེའི་ཕྱག་ལེན་ཡིན་
 ཞེས་ཀྱང་གྲགས། གང་ལྟར་ལ་དཀར་མནའ་པ་ནི་ཁ་དཔེར་བསོད་ནམས་དང་བོ་ཆོ། དབང་བོ་དང་བོ་
 མིག ། ཅས་པ་ལྟར་དགྲང་གངས་འདི་ཙམ་ལོན་པ་ནི་ཆོ་བསོད་ཤིན་ཏུ་ནས་ལེགས་པའི་རྟགས་ཡིན་པས་

③ གཅས་སྐལ་ནི་བགེས་པོས་བྱ་ཆ་དག་ལ་གནང་བའི་ནོར་རྒྱལ་ལ་ཟེར།

ད་ནི་དགར་བོ་དགེ་ལས་ཁོ་ནར་འབད་དེ་ལུས་སེམས་ཀྱི་དྲི་མ་མཐའ་དག་བྱང་བར་འབད་པ་འཇམ་དྲི་མ་
མ་ལུས་འདག་པར་སྒྲོན་པ་མཚན་ནོ།

མདོར་ན་གུ་སྒྲོན་ནི་ཆོ་ལོ་མཐར་ཕྱིན་པར་མཚན་པའི་སྒྲོན་མོ་ཡིན་པ་གོང་གི་《བོད་ཀྱི་གནའ་རབས་
ལོ་རྒྱུས་》ལས་དྲངས་པའི་ཡིག་ཆ་དེས་ཀྱང་ཤེས་སྤྲེ། དེ་ལས་ལོ་བརྒྱ་བཞི་ལ་སོན་ན་ལྷ་མོ་གཞན་གྱི་
བག་མར་སྤྲེ། ལོ་བརྒྱད་རྩ་ལྔ་པའི་མི་ལ་ཆོ་མཐར་ཕྱིན་པའི་སྒྲོན་མོ་བྱེད། ཅས་ཏེ་ཅང་ཁ་གསལ་བོར་
གསུངས་ཡོད་པ་བཞིན་རེད།

གཞན་གུ་སྒྲོན་གྱི་སྐབས་སུ་བཤད་པའང་སྒྲ་ཆོགས་ཤིག་ཡོད་པར་གསུངས་མོད། དེ་དག་ཁོང་གིས་
ཀྱང་ཆོག་རེ་གཉིས་ལས་ཐུགས་དོར་མི་འདུག་པས་འབྲི་བའི་རྒྱུན་ཆང་མ་སོང་། བཤད་པ་དེ་དག་ལས་
ཆེར་སྒྲོན་བཤད་ལྟ་བུར་བྱང་མི་འདྲ་བར་མགོ་ནས་ཨྱི་ཨྱི་དྲ་དང་མཐུག་ཏུ་སྤྱོད་པ་ཞིག་ཡིན་ཆོད་འདུག་
འདྲིར་སྒྲིག་པོ་རྣམ་པའི་མོས་པ་འདྲེན་ཕྱིར་ད་ལྟ་ཁོང་གི་ཐུགས་སུ་ངེས་པའི་བར་བར་གྱི་ཆོག་རྒྱང་རེ་
གཉིས་དྲངས་ན། སྤྱིད་པོ་གསུམ་གྱི་སྤྱིད་ཀན། ཐུག་པོ་གསུམ་གྱི་ཐུག་ཀན། ཟེར་བ་ཞིག་དང་མི་བསོད་
ནམས་ཅན་ཁྱེད་ཀྱིས་ར་ཐུན་གྱི་ཏེ་མཐོང་ཐུང་། །འདབ་ཐུན་གྱི་མི་མཐོང་ཐུང་ཞེས་པ་འདི་གཉིས་ལས་
ཏག་ཏག་གཅིག་གསུངས་སྐྱུ་མི་འདུག་ ཆོགས་འདི་གཉིས་བཤད་སྐབས་ཁོང་གིས་ཞལ་འཇུག་དང་བཅས་
སྐབས་དེར་ང་ཕྱིས་པ་ཡིན་པས་ཆོག་གང་མཚར་མཚར་ཁ་ཤས་ལས་དོ་སྒྲུང་མ་བྱས། ད་དྲུང་ཆོག་མཚར་
པོ་ཁ་ཤས་ཡོད། སྐབས་འགར་དྲན་འོང་གི། དེ་རིང་ཡང་མི་དྲན་པའི་ཉི་མ་ཞིག་རེད་ཅེས་གསུངས་སོང་།

མཐུག་བསྐྱུ་བ།

ཐོག་མར་བྱིད་ཀྱིས་སུན་སྒྲུང་དང་སྒྲུ་ངལ་ལ་མ་འཛེམ་པར་ཉིད་ཀྱི་ཚོམ་ཡིག་འདི་བཟླགས་ནས་
མཚམས་འདྲིར་སྐབས་པར་སྤྱིང་ཐག་པ་ནས་བཀའ་དྲིན་ལན་བརྒྱར་བྱ་བ་ཡིན། གུང་གསེང་ཞིག་གི་དུས་
ཆོད་ནི་ཅི་འདྲའི་ཐུང་ནའང་། མོས་པས་དྲངས་པའི་སྐབས་པ་ཞིག་གིས་ངས་ཚོམ་ཐུང་འདི་པལ་ཆེར་
བྱུང་བའི་མཚམས་འདི་ནས། དག་བཅས་དང་བསྐྱར་ལྟ་ལ་མ་གོ་མས་པའི་ཁོ་བོས་ལྟ་དག་གི་ལས་ཀ་
ཆ་ཆང་སྒོ་བ་སྒོ་གས་ཤིག་ལ་བཅོལ་བ་ཡིན། སྒོ་བ་སྒོ་གས་དེས་ལྟ་དག་བྱེད་བཞིན་པའི་བར་སྐབས་ནས་འདི་
སེམས་སུ་བསམ་ཚུལ་དང་དྲན་ཆོར་མང་པོ་ཞིག་གཅིག་རྗེས་གཉིས་མཐུད་དུ་འཆང་ཁ་ཤིག་ཤིག་གིས་
ལྷགས་བྱུང་། ཐོག་མའི་སྐྱེས་སྐར་དང་བར་གྱི་གཉེན་སྒྲོན། མཐའ་མའི་གུ་སྒྲོན་བཅས་ཀྱི་དགའ་དགའ་སྒྲོ་

སྤྱོད་ཡི་འདུ་འཛིན་མཐའ་དག་གི་མཚུག་སྤྱད་མཁན་ནི་སྤྱོད་སྤྱོད་སྤྱོད་གི་གཤེན་སྤྱོད་གྱི་གྱེས་བྲལ་ཡིན་
པར་ཞིབ་དུ་བསམ་ན། ད་པེབ་དབྱར་གནང་གཅིག་གི་དུས་ཚོད་ལལ་ཆེར་བཏང་ནས་བཟུ་ཅུབ་བྱས་པའི་
ངལ་བ་འདིའང་དོན་མེད་དུ་སྤྱང་ངོ།།

ཡིན་ནའང་ཐོག་མའི་ཀུན་སྤྱོད་ནི་གོང་ནས་བཤད་པ་ལྟར་དང་ལ་ཟླ་བའི་གྱ་སྤྱོད་འདི་བོད་ཟླ་བ་
གཤུང་གི་གྱ་སྤྱོད་གྱི་རྒྱན་ཁོ་ཐག་ཡིན་པས་འདི་ཡིག་ངོར་པབ་བྱུང་ན་ནི་བོད་ཀྱི་སྤྱོད་རྒྱན་རིག་གནས་ལ་
དུང་བ་ཟབ་པ་དག་ལ་དབྱད་གཞི་ཙམ་གྱི་ཕན་ཐོགས་ནའང་ཅི་མ་ཅུང་སྤྲམ་པ་ཡིན་གྱི། བརྗོད་བྱ་ཟད་
ནས་བྱུང་བྱལ་དུ་སྤྲམ་པ་ནི་མ་ཡིན་ནོ།།

མགོ་ལྷག་དགའ་བདེའི་ཡུལ་གྱི་སྐྱབ་བཤད་སྐོར་རགས་ཙམ་སློང་བ།

གཙང་སྐུ་མགོ་ལྷག་།

[ནང་དོན་གནད་བསྟན།] མཚན་ཐུང་འདིར་སྐྱབ་ཀྱི་ཐུང་འབེལ་དང་ཉམས་རྒྱད་དང་འབེལ་བའི་མཁུག་
འབྲས་སྐྱེས་མདོར་ཙམ་སློང་ཡིད།

དང་བོ་ཐོག་མའི་རྣམ་པ།

མི་རིགས་རང་གི་མེས་པོ་ཆེའི་ཡུལ་བཞག་གི་རིག་གནས་ལ་ཤ་ཐང་ཐང་གིས་དགའ་བ་དང་དུང་བ་
ཤུགས་ཆེ་མཁན་གྱི་སྐྱེས་པོ་རྣམ་པའི་རྣ་བ་ཀློག་ཀློག་དང་མིག་རིག་རིག་བྱས་ནས་ཉན་པར་བླ། དེ་རིང་
གཟའ་སྐར་དང་རྟེན་འབེལ་གྱི་འཕྲོད་སྦྱར་ཐམས་ཅད་ཐུན་སུམ་ཆོགས་པའི་དུས་ལ་མགོ་ལྷག་བྱ་མའི་སྐྱབ་
སྟོན་རྒྱལ་པས་པ་མ་དང་མིང་སྲིང་གཉེན་ཉེ་ཆང་མར་འཛོམས་ནས་བཀྲ་ཤིས་བདེ་ལེགས་ཀྱི་རྟེན་འབེལ་བྱ་
བ། སེམས་དཀར་གཙང་བའི་བསྐྱབ་བྱ་གནད། མི་ཆེའི་མདུན་ལམ་ལ་རེ་བཞག་གི་ཁ་ཆེམས་བཞག་གན་
བ་རྣམས་ཀྱིས་ཁ་བད་བྱས། གཞོན་བ་རྣམས་ཀྱིས་སྤྱོད་ཆོར་དག་གཉེན་ཉེ་དང་སྐྱེས་པོ་སྐྱེས་མོ་ཆང་
མའི་རྟེན་འབེལ་གྱི་ཁ་གཡང་གྱ་རྣམ་པ་ཞིག་བྱེད་བཞིན་མགོ་བཀྲ་ཤིས་དང་མཁུག་ལེགས་འབྲུབ་ཀྱི་དང་
སྟོན་འདུན་གྱི་ཁ་གཡང་བརྗོད།

གཉིས་པ། སྐྱབ་ཀྱི་བྱང་ཆོས་སློང་བ།

མགོ་ནག་བོད་མའི་ཡུགས་སྒོལ་ལམ་ཆེ་རབས་སྟོན་མའི་སྟོན་ལམ་གྱི་མཐུ་ལས་སྐྱ་ཡི་ལན་བྱ་གཡོ། མ་
ལོག་གི་ལེགས་སྐྱེས་ཐོག་མ། ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་མཛོས་ལྷག་ བོད་མི་རིགས་ཀྱིས་ངོས་ཆོག་ཆོག་གི་རང་གཤིས་
གཙང་མ། དཔུན་གསུམ་གང་དར་གྱིས་གང་རེག་སེལ་བ། དབྱར་གསུམ་ཉི་འོད་ཀྱི་ཆ་བ་འགེབ་བ། རྒྱ་རྒྱང་
སྐྱ་ལོ་ཡིས་ཤུགས་སྐྱ་ལེན་བ། ར་རྒྱང་ལང་ཆོ་ཡི་སྐྱེ་སྟོབས་ངོམས་བ། གཙང་མ་རྒྱ་ཡིས་བྱས་བྱས་སྟོན་ལམ་
གྱི་འབྲི་མར་སེར་བོས་བྱུགས། འཇམ་མཉེན་གྱི་ལག་བས་བྱིལ་བྱིལ་བྱས་སྤྱོད། ལང་ཆོ་དར་བ་དང་
འགྲོགས་ནས་ལྷ་འཁྲུག་མེ་རྟོག་གསར་བའི་མགོ་དཀྱིལ་བྱས།

གསུམ་པ། སྐྱ་དང་ལང་ཚོའི་འབྲས་བུ།

གཞོན་ཅུ་མར་མཚོན་ན་དུག་གསུམ་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱི་ལང་ཚོ་དར་ལ་བབས། གནག་སྐུམ་སྐྱ་ལོའི་སྐྱེ་
སྟོབས་ཚད་དུ་ལོངས་པའི་སྤྲིང་ལ་རང་དབང་བཅེ་དུང་དག་མས་གྲོགས་བྱས་ནས་ཕྱེ་ཆེ་ཆུང་བརྒྱད་དུས།
ལས་དབང་གི་བགོ་སྐལ་ཞིག་གིས་བཟའ་ལྷ་ལ་ཁོ་མོའི་མི་ཚའི་མདུན་ལམ་གྱི་རེ་བ་བཅོལ།

ལང་ཚོའི་མེ་ཏོག་གི་མཚན་འབུལ་བྱས། ས་མ་དང་མིང་སྤྲིང་ཚོའི་བཟའ་བྲལ་ནས་བུད། གཞོན་ཉི་
དང་གྲོགས་པོ་ཚོར་རེ་བར་བཞག། སྤྱིད་ན་མཉམ་སྤྱིད་ཀྱི་འཚོ་བ་མཉམ་དུ་རྒྱུ། ཟུག་ན་མཉམ་ཟུག་གི་
ཁྱར་བོ་མཉམ་དུ་ཁྱར། མི་ཕྱེད་གཏམ་གྱི་འདུན་མའི་རྩེས་པབ། ས་མ་གཞོན་ལ་བཟང་བོས་གྲོས་མཐུན་
ནས་གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་ལྷགས་ལ་ཁྱུངས་བྱས་ཏེ་ལྷག་ཚོས་གངས་བཟང་བོ་དང་བསྐྱུན་ནས་གཞོན་སྟོན་
གྱི་མཚན་སྟོ་སྤྲོལ་འགོ་བརྩམས།

བཞི་པ། སྐྱ་སྟོན་དངོས་གཞི།

རུར་སྤྱིག་ཚོས་གོས་ཅན་གྱི་སྐྱ་མ་དང་ཟུ་བ་གང་མང་ཞིག་འཛོམས་ནས་བཟ་ཤིས་བཅེགས་པའི་མདོ།
གཁེར་འོད་གཡང་སྐྱབས། གཡང་འབོད་བཅས་ཚོས་མང་བོ་གསུང་། ཉི་ཤར་གྱི་ཐོག་མ་ལ་སྐྱ་བསྐྱེ་འགོ་
བརྩམས། སྐབས་དེར་ངེས་པར་དུ་སྐྱ་བསྐྱེ་སའི་བྱ་མོ་དང་སྐྱ་སྤེ་མཁན་གྱི་བྱ་མོ་སྐྱ་ཆུ་ཟུག་མཁན་གྱི་བྱ་མོ་
དག་ལོ་རེས་སྤར་ལ་མཐུན་གསུམ་ཡིན་དགོས། གཞན་སྟོ་ཁྱུངས་དང་ས་མ་མགོ་འཛོམས་ཅན་གྱི་བྱ་མོ་
བཟང་ཀུན་ལྡན་ཞིག་ཡིན་དགོས། སྟོན་ལམ་གྱི་བཟ་ཤིས་ཚོག་གི་ལ་གཡང་དང་བཅས་སྐྱ་ཆུས་སྤངས། ཉེན་
འབྲེལ་གྱི་འགོ་མ་ལ་མ་སྐྱ་ཆུ་གཡང་ཅན་གྱིས་ན་ཆུང་སྐྱ་ཕུད་ཀྱི་གཡུ་བཏགས། ལན་ཀྱང་སྐྱ་བསྐྱེས། རིང་
མོའི་རྒྱ་བཀོལ། དངས་གཅང་བདུད་ཅི་གཅང་མས་ཁྱུས་བྱེད། སོ་མང་ཅན་དན་དམར་པོས་ཤད་བརྒྱབ།
ཕྱི་སྐྱ་འབྲི་དུག་སྟེ་མ་བསྐྱེས། བྱང་སྐྱ་ཆུ་ཕན་རི་མོ་བསྐྱེས། གཙུག་སྐྱ་རྒྱ་ནག་གི་སྟོས་རྒྱ་རི་མོ་བཞིན་བསྐྱེས།
ཟ་འོག་དཀར་པོའི་སྐྱ་ལྗེ་བས་ལ་དར་གྱི་འཇའ་འབྲིག་ལྡ་བཅེགས་བསྐྱིགས། མོད་རྒྱལ་དམར་པོའི་རལ་
ཞེབ་ལ་སྟོས་ཤེལ་མེར་པོ་ལུས་ཤར་བསྐྱར། གཡས་སྐྱ་མི་འཕར་གོང་གཞོན་ལ་དུག་དཀར་གཡུ་ཡི་མེ་ལོང་
བཏགས། གཡས་གཡོན་ལན་ཕྱའི་གོང་གཞོན་ལ་བྱུ་ཕྱའི་ལན་ཚར་དུག་ཤར་འཕེན། རྒྱབ་སྐྱ་མི་མཐར་གོང་
གཞོན་ལ་གཁེར་མེ་འདད་མ་ཆ་བརྒྱད་བཅུགས། གཙུག་སྐྱ་མི་འཕར་གོང་གཞོན་ལ་སྟོས་ཤེལ་སྐྱ་ལོང་
ལན་སྟོན་སྐྱ་འགོ་ཕྱོ་སྟོན་འབྲེལ་བ་ལ་ལྷ་མ་ཅིག་ཀྱང་ཚོའི་གཟི་བྱིན་ཆགས། སྐྱ་གུང་རྒྱ་ལྱང་བཤར་འབབ་

ལ་མེད་ལྷན་འབྲུག་མའི་མཚན་སྒྲུག་རྒྱུགས།

ཐུག་པ། རྟོན་འབྲེལ་གྱི་སྒྲོན་ལམ།

མདོར་ན་དེ་རིང་དབྱེད་ཅན་དཀར་མའི་སྒྲུབ་འབྲུག། རིག་བྱེད་དམར་མའི་དབང་སྒྲུབ། ཅེ་སྒྲུབ་གི་
རས་ལྷེས་པ་ལ་ཆོ་འཛིན་སྒྲོལ་མའི་བྱིན་རྒྱལ་མ་འབྱུང་། རྒྱལ་སྐྱེ་ལུ་རྒྱ་རིང་མོ་ཡིས་རྒྱལ་པ་མང་ཆང་གི་ཆོ་
ཐག་རིང་། སྒྲུབ་སྐྱེ་ཤིང་ལོ་གཡམས་འབྱེལ་གྱིས་སྒྲོན་སྒྲོལ་ས་ཡི་རྒྱུད་རྟ་དར། གཡེར་བག་ཆ་བྱེད་སྒྲོ་མདངས་
གྱིས་མིག་གི་དབང་པོ་བསྐྱེ། ལྷན་སྐྱེས་སྐྱེས་དཀར་དེ་བསྐྱེད་གིས་ཡིད་གྱི་དུང་བ་གསོ། སྒྲོལ་མ་ལྷང་མའི་ཆོ་
གཡང་། རྟོན་རྒྱུན་མེར་མའི་རྒྱ་གཡང་། བོད་ཡུལ་མཛེས་མ་གསུམ་གྱི་མཛེས་གཡང་ཆགས་ཤིང་། བསམ་
པའི་དོན་ཀྱང་འབྲུབ་པའི་སྐྱབས་འདི་དང་བསྐྱེད་ཏེ། ད་ལྟ་ང་ཆོས་ཆབས་ཅིག་ཏུ་གཞོན་ནུ་མ་ལ་སྐར་
ཡང་སྒྲིང་ནས་བག་མའི་སྐྱབས་ནམ་སྐྱབས་ལ་བྲག་ཤིས་བདེ་ལེགས་ལྟ་ཞིང་། ཁོ་མོ་ཆོ་རིང་། དོན་གྲུབ།
ལུས་བདེ། སེམས་སྦྱིད། མཐོ་རྒྱུད་རི་ལས་བརྟན། ལྷག་རྒྱུད་མཆོ་ལས་རྒྱས། མི་རྒྱུད་ལུས་རིང་། གང་
བརྒྱུམས་གྱི་དོན་འབྱུག་ཅི་བསམ་གྱི་ལས་དོན་འབྲུབ་པའི་སྒྲོན་འདུན་ལ།

ལྷག་པ། བྲག་ཤིས་ཆོག་གི་གཏམ།

ཁོང་གཞོན་ནུ་ཁྱོད་ལྷག་གཉིས་དང་ས་མ་གཉེན་ཉེ་དང་བཅས་པ་ཐམས་ཅད་དབང་ཐང་བསྐྱེད་ནམས་
རི་རྒྱལ་གྱི་ལྷན་པོ་བཞིན་དབངས་མཐོ་བར་གྱུར་ཅིག་ཆོ་དང་ལང་ཆོ་དཔག་བསམ་གྱི་སྒྲོན་པ་བཞིན་རྒྱང་
བརྟན་པར་གྱུར་ཅིག་ རྟོན་དང་ལོངས་སྦྱོང་དབྱེད་དུས་གྱི་རྒྱ་གཉེར་བཞིན་རྒྱ་ཡངས་པར་གྱུར་ཅིག་ སྒྲུབ་
གསུམ་དབྱེད་ཁའི་འབྲུག་སྐྱེ་བཞིན་ཐེར་བར་ཤོག། གཟི་བུང་གསེར་གྱི་གཡུ་རལ་བཞིན་རྒྱས་པར་ཤོག།
མི་ལ་བྲག་ཤིས། ལྷགས་ལ་གཡང་ཆགས། གནས་ལ་དུལ་ལྷགས། ཟས་ལ་བརྟུང་འཛེམས། མདོར་ན་ཆོས་
རྟོན་ཐར་བ་སོགས་ལུན་ཆོགས་ཐེ་བཞི། ལྱ་སྐྱེལ་སྐྱང་ཆེན་སོགས་མཐུན་པ་སྐྱུན་བཞི། གཟུགས་སྐྱེ་དེ་
སོགས་འདོད་ཡོན་སྒྲ་ལ། རྒྱ་གྲག་དྲང་སྟངས་སོགས་ཆོ་རིང་རྣམ་དུག། འཁོར་གཤུགས་རྒྱལ་མཆོན་སོགས་
བྲག་ཤིས་རྟགས་བརྒྱུད་ཀྱང་གྱི་དཔལ་གཡང་མ་ལུས་པ་འདུ་བར་གྱུར་ཅིག། གནས་པར་གྱུར་ཅིག། མི་
འབྲེལ་བར་གྱུར་ཅིག། དེ་བཞིན་དུ་ཁྱེད་ཅག་འདིར་ཕེབས་པའི་སྐྱེ་མཐོན་རྣམས་པར་ཆོ་རིང་ནད་མེད་
བསམ་དོན་འབྲུག། ཁྱེད་པར་དུ་དེ་རིང་འདིར་གཞོན་པའི་མཛེས་གཡང་ཡོད། མཛེས་མའི་ཤིས་གཡང་
ཡོད། ལྷ་རྒྱུད་བརྟེན་དུ་གི་རྟོན་འབྲེལ་འབྱིག་མི་ཆོ་སྦྱིད་གྱིས་སྐྱེལ་བའི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ། བསམ་པའི་དོན་

ཀུན་ཡིད་བཞིན་འབྲུབ་གྱུར་ཅིག

མཚུགས་གཏམ།

ཕན་ལ་སྦྱེས་སྦྱང་གི་སྒོ་ནས་ཅི་ཡང་མེད་ཀྱང་ཁོར་ཡུག་ཁྱད་པར་ཅན་ཏེ་སྒོ་བ་དཔོན་དམ་པར་བགྲང་
 བྱ་དུ་མར་བརྟེན་ནས་ར་རྒྱའི་ཡུལ་ནས་ཡོང་དུ་མར་སྒོ་བ་སྦྱང་བྱེད་ཞོར་དུ་མི་རིགས་ཤྱི་དང་དགོས་སུ་
 བོད་རིགས་ཡོངས་སུ་ཉམས་སྤྱད་དུ་འབྱུར་བཞིན་པའི་གནའ་བོའི་རིག་གནས་ལ་རྒྱས་ཡོན་བྱས་ན་མང་
 མང་འདུག། དམིགས་སུ་པ་ཡུལ་ན་དར་བྱབ་མེད་པའི་ཉམས་སྤྱད་དུ་འགྲོ་བཞིན་པའི་གནའ་བོའི་རིག་
 གནས་མང་བོ་ཞིག་གི་ནང་ནས་རང་པ་ཡུལ་རྒྱ་མཚན་དུ་བྱས་ནས་བསམ་སྒོ་ཞིག་བཏང་ན། སྐ་སྐ་མཁན་
 དང་སྐ་སྐེས་ཡོད་པ་ཏ་ཅང་ཉུང་པའི་སྐ་སྐེ་སྤངས་སྟོར་གྱི་ཤེས་བྱ་མང་བོ་ཞིག་པ་ཡུལ་གྱི་གན་པ་ཚོས་
 དག་རྒྱན་ན་ཡོད་པ་དང་དཔེ་ཆ་ལས་ཡོད་པ་བཞིན་པ་ཡུལ་གྱི་སྐ་སྐེ་སྤངས་དང་འཚམས་པོ་བྱུང་ཡོད་པ་
 དག་མང་བོ་ཞིག་འཚོལ་བཟུ་བྱས། རྩོགས་མང་བོ་ཞིག་གི་ངོས་ནས་དཀའ་ངལ་དང་སྤྱ་ཚེགས་ལ་མ་
 འཛེམ་པར་སྟག་བསམ་སྤྱད་སྤྱད་གི་རོགས་རམ་དང་སྒོ་འདྲི་ཡུལ་གཙོ་བོ་དམེ་བཟའ་འཛིགས་དགའ་ལགས་
 གཙོ་བྱས་ནས་རང་གི་རྣམ་དཔྱད་གྱི་རྣམ་ཚད་ཀྱིས་དཔེ་ཆ་ཉུང་ཉུང་ཞིག་ལ་བརྟེན་པ་དང་བརྟེན་ནས་
 རྩོལ་རྒྱན་གྱི་གོམས་རྩོལ་དང་ཁྱད་པར་དུ་སྐ་སྐེ་སྤངས་སུ་དེད་གི་དུས་འདི་ལ་ཉམས་སྤྱད་དུ་འགྲོ་བཞིན་
 པའི་སྐ་སྐེས་སྤངས་སྟོར་གྱི་ཤེས་བྱ་མང་བོ་བྱེད་པ་འབྲུབ་བཞིན་དཔེ་ཆ་དང་དག་རྒྱན་ནས་མང་བོ་
 ཞིག་གསོག་འཛོག་བྱས་ནས་ཡུལ་མགོ་ལོག་གི་ད་ལྟར་གནས་པའི་མི་རབས་དང་མ་འོངས་པར་འབྱུང་འབྱུར་
 གྱི་མི་རབས་དག་ལ་བྱུས་བཞག་གི་རིག་གནས་མཁོ་སྦྱོང་ཅིག་གི་ཚུལ་དུ་སྟུག་རུས་མང་བོ་བརྒྱབས་སྦྱོང་།
 དེ་བས་ངས་མི་ལུས་སྤངས་པའི་དོན་སྤྱིང་དང་མི་ཡུལ་ལ་ཟས་རིན་ཅོམ་འཇལ་བྱབ་པར་རེ་བསྐྱུལ་ལན་
 བརྒྱར་ཞུ།

བཅར་འདྲི་བྱེད་མ། དམེ་བཟའ་འཛིགས་དགའ།

བཅར་འདྲིའི་དུས་ཚོད། 2015.10.10

བཅར་འདྲི་བྱེད་ཡུལ། མགོ་ལོག

པའང་རེ་འགའ་ཡོད་པར་སྒྲང་། བྱང་ཆེན་དང་སྒོ་བ་མ་མང་པོ་མེད་མཁན་གྱི་སྒྲ་མ་ཞིག་གི་སྐུལ་སྤྱིའི་ཁྱི་
སྒོན་ཡིན་ན་ཤོད་ནས་ཁྱི་སྒོན་བྱས་ཆེས་དགོན་པར་ཡོང་བ་མོགས་ཀྱང་ཡོད། དགོན་བདག་སྒྲ་མ་འམས་ལྷ་
ཚང་ཡོངས་ལ་ཚོས་འབྲེལ་ཡོད་མཁན་གྱི་སྒྲ་མ་ཞིག་གི་སྐུལ་སྤྱིའི་ཁྱི་སྒོན་གྱི་འགྲོ་མོང་དང་གྲ་སྒྲིག་
མོགས་ཀྱི་འགན་དགོན་པ་གཞུང་ནས་ཁྱུང་བ་ཡང་ཡོད་ལ། དེ་ནི་སྐུ་གོང་མའི་སྐུ་བདག་ཚང་གི་འཕྱོར་
བ་ལ་བསྟུན་ནས་ཐག་གཅོད་བྱེད་དགོས་པ་ཞིག་ཡིན། མང་ཆེ་ཤོས་སྐུལ་སྤྱིའི་སྐུ་གོང་མའི་སྐུ་ཅ་སྐུ་
བདག་གིས་འགན་ཁུར་སྤོལ་ཡོད། དགོན་པའི་དགོན་བདག་སྒྲ་མ་ཁྱི་སར་བཀོད་ན་དེ་ལ་སྒོན་ནས་ཁྱི་
ཞིག་ཡོད་ལ། གཞན་པའི་སྐུལ་སྐུ་དག་ལ་ཡང་ཁྱི་གཞན་ཞིག་ཡོད།

ཁྱི་སྒོན་གྱི་ཚོག་དངོས།

ཁྱི་སྒོན་བྱེད་མའི་སྐུལ་སྤྱིའི་སྐུ་ཅ་སྐུ་བདག་ཚང་གིས་ཉིན་བཟང་སྐར་བཟང་ཞིག་ལ་སྐུ་གོང་མའི་སྐུ་
བདག་ཚང་གིས་ཁྱི་སྒོན་བྱེད་ས་གང་ན་གྲ་སྒྲིག་བྱས་ཡོད་ན་དེ་ལ་བསྐུལ་ནས་འོང་དགོས། སེར་འཕྲེང་
བསྒྲིགས་ནས་སྐུལ་སྐུ་གསར་བ་དེ་ཁྱི་ཁར་བསྐུ་དགོས་པས། སེར་འཕྲེང་ལ་གྲ་སྒྲིག་བྱ་དགོས། སེར་འཕྲེང་
གི་གོ་རིམ་ནི་དགོན་པ་མང་ཆེ་ཤོས་ཤིག་དང་མཐུན་པར། རྒྱ་སྤྱིང་འབྲུད་མཁན་གཉིས་སྒོན་དང་སྒོས་
ཕོར་འཛིན་མཁན་གཉིས་དེའི་རྒྱུས་འབྲེན་བྱེད་མཁན་ནི་དགོན་པ་ནས་ཁྱི་སྒོན་བྱས་པ་ཡིན་ན་ཕལ་
ཆེར་དགོན་པའི་དགེ་བསྐྱོས་ཡིན་ལ། ཤོད་ནས་ཁྱི་སྒོན་བྱས་ན་སྤྱིར་བཏང་གི་ལྷ་བ་ཞིག་ཡིན་ན་ཡང་
ཆོག་སྐུལ་སྤྱིའི་ལྷ་བ་གཉིས་ལྷ་བྱི་བྱས་ནས་སྐུལ་སྤྱིའི་སྒོན་དུ་འགྲོ་ལ་གདུགས་འཛིན་གྱིས་སྐུལ་སྤྱིའི་དབུ་
ལ་གདུགས་སྐོར་ནས་རྒྱུ་འཕྱོ་བ་བཅས་གོ་རིམ་བཞིན་དུ་ཡོད། སེར་འཕྲེང་གི་གདུགས་ལ་ཡང་བྱང་
པར་ཡོད་དེ་སྒྲ་ཆེན་གྱི་སྐུལ་སྤྱིའི་ན་གདུགས་རིམ་པ་གསུམ་དང་སྤྱིར་བཏང་གི་སྒྲ་མ་ཞིག་གི་སྐུལ་སྤྱིའི་
ཡིན་ན་གདུགས་རིམ་པ་གཉིས་ཅན་སྐོར་སྤོལ་ཡོད། ཕལ་ཆེར་ཞིག་ལ་གདུགས་རིམ་པ་གཉིས་ཅན་ཡིན།
སྒོན་ཆད་སྤོལ་རྒྱུན་ལ་གདུགས་རྟ་དར་བཅུ་གསུམ་ཟེར་སྤོལ་ཞིག་ཡོད་ལ་དེ་ནི་རྒྱུང་རིང་པོ་ནས་སྐུལ་སྤྱིའི་
རྟ་ཐོག་ཏུ་བསུ་སྤྱངས་ཤིག་ཡིན་ཏེ་གདུགས་དང་ཁ་དོག་སྒྲ་ཆོགས་ཀྱི་དར་མོགས་གཤར་ནས་བསུ་སྤོལ་
ཞིག་ཡིན་ཟེར། སྐུལ་སྤྱིའི་གང་ཡིན་ཡང་དེ་ལྟར་བསུ་ཆོག་པ་ཞིག་མ་ཡིན་པར། དཔེར་ན། དེད་སྤྱེལ་རྒྱུང་
དགོན་མདུན་བྱང་ཐོས་བསམ་ཡོན་ཏན་དར་རྒྱས་སྤྱིང་རྟ་ལ་མཚོན་ན་དགོན་བདག་སྒྲ་མ་ལྷན་རིག་སྒོ་
བཟང་ལུང་རྟོགས་བསྟན་པའི་རྒྱལ་མཚན་ཆོང་རྟ་བྱའི་དགོན་བདག་གི་སྐུལ་སྤྱིའི་གདུགས་གང་ཡིན་པས།

སྐྱེལ་མེད། ཡིན་ན་ཡང་ད་ལྟ་རྒྱ་རྒྱུ་འཁོར་སྟགས་དར་བ་ནས་ཉམས་བཞིན་ཡོད་པར་སྣང་། ཟླ་བ་ཅི་
 ཅས་བཞུགས་ན་དེ་ཅས་ཀྱིས་ཁྱི་སྒྲོན་གྱི་ཆོ་ག་དང་མཐུན་པའི་སྒྲོན་ནས་འདོན་པ་གསུང་དགོས་ལ་རྒྱལ་དབང་
 དགེ་འདུན་རྒྱ་མཚོས་གསུངས་པའི་《གནས་བསྐྱེད་པའི་སྒྲོན་པའི་》ནང་གི་“བཅོམ་ཐུན་འདྲིའི་ཉི་ཅུན་པ་
 ལེགས། བདག་ཅག་བསོད་ནམས་སྐལ་བར་ཐུན་”ཞེས་པའི་ཆོག་མཚམས་འདི་ལ་བཞུན་ནས་སྐྱེལ་སྐྱ་
 གསར་བ་དེ་ཁྱིའི་རྩར་བསྐྱེད་དགོས། དེ་ལྟར་སྐྱ་མཐུན་དུ་ཡན་ལག་བདུན་པ་སྟགས་བཏོན་ཏེ་མཁས་བྱ་བ་
 རྩེས་གསུངས་པའི་《དཔལ་ཐུན་ཡོན་ཆོགས་མའི་》ནང་གི་“མི་འཇིགས་མེད་ཀྱི་ཁྱི་ལ་དབང་བསྐྱར་བ།
 རྒྱལ་བ་གཉིས་པའི་རྒྱལ་ཚབ་ཆོས་ཀྱི་རྩེ། ཁྱི་པམ་རྩ་མ་གཉིས་པ་རྒྱལ་ཁྱུར་ཅིག །” ཅས་པའི་ཆོག་
 མཚམས་འདི་ལ་བཞུན་ནས་སྐྱེལ་སྐྱ་གསར་བ་དེ་ཁྱི་ཁར་བཞུགས་དགོས། རྒྱལ་སྐྱེད་ཟླ་བ་གཉིས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་
 དང་ཡོན་ཏན་གྱི་རྒྱན་པ་ནི་གཡམས་དང་རྒྱུང་བ་ནི་གཡོན་ནས་འདུག་སྐྱེལ་ཡོད། རྒྱལ་སྐྱེད་ཁྱི་ཁར་ཕེབས་
 བྱེད་ཀྱི་སྐྱེས་ནི་ཁྱིའི་གཡོན་སར་འཛོག་དགོས། དེ་ལྟར་བྱས་ཏེ་འདོན་པ་རྩོགས་རྩེས་གསོལ་ར་དང་ཕྱོ་
 འབྲས་ཞོ་སྟགས་ཟས་རིགས་ལྟ་ཆོགས་འདྲེན་པ་དང་ར་མཚོད་གསུང་བ་སྟགས་བྱེད་ལ། མཚུལ་བཤད་པ་
 དང་སྐྱ་གསུང་བྱགས་རྟེན་བཞུགས་གདན་རྒྱུ་ཡོལ་ནི་སྐབས་དེར་བཞུན་ནས་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་དབང་གིས་
 འབྲེལ་སྐྱེལ་སྒྲོན་ནས་ཡོད། དེ་དག་ལུལ་བའི་རྩེས་སྐྱ་དངོས་པོ་གཞན་གྱི་སྐྱིག་བྱས་ཡོད་པ་དག་དབྱེལ་ན་
 ཆོག དེ་ལྟར་སྐྱ་གསུང་བྱགས་རྟེན་དང་བཞུགས་གདན་རྒྱུ་ཡོལ་དངོས་པོ་གཞན་དག་དང་བཅས་པ་
 ལུལ་བའི་རྩེས་སྐྱ། ཁྱི་སྒྲོན་དེ་ལ་འཛོམས་པའི་མཇལ་བ་ཚང་མས་སྐྱེལ་སྐྱ་གསར་བ་ལ་ཁ་བཏགས་འཐེན་
 ནས་མཇལ་ཁ་བྱ་སྐྱེལ་ཡོད། སྐྱིར་སྒྲོན་མའི་རིགས་མང་པོ་ཞིག་ལ་སྐྱེལ་ལྟར་གར་ཅིད་སྟགས་ཡོད་ལ། ཁྱི་
 སྒྲོན་ལ་མཚོན་ན་དེའི་རིགས་མེད། རྒྱལ་སྐྱེལ་སྐྱེལ་ནས་ཡོང་མཁན་གྱི་སྐྱ་བདག་ཚང་ལ་སྐྱ་ཆོ་སྒྲོན་མའི་སྐྱ་
 བདག་ཚང་གིས་ལེགས་སྐྱེས་སྐྱེར་སྐྱེལ་ཡོད། ད་དུང་རྒྱལ་སྐྱེད་ཡབ་ལུས་ལ་ཡང་ཆེད་དུ་སྐལ་ཞིག་གྱུང་
 རྟེན། རྒྱལ་སྐྱེད་ཏེ་མི་སྐྱེན་ཆད་དག་ལ་ཅིས་མཛོང་ཆེན་པོ་བྱས་ནས་འདུག་ས་ངེས་ཅན་གྱི་སྐྱིག་བྱེད་ལ།
 པ་ལུས་ལ་ཆེད་དུ་རྩུང་མཛོས་འདུག་ས་གྱི་སྐྱིག་བྱེད་སྐྱེལ་ཡང་ཡོད། རྒྱལ་སྐྱེད་ལུས་ནས་སྐྱེལ་སྐྱ་བསྐྱེལ་
 ནས་ཡོང་སྐབས་ལེགས་སྐྱེས་ལ་སྐྱོར་མོ་སྟགས་ཁྱེར་ནས་ཡོང་སྐྱེལ་ཡོད་པར་བཤད་ལ། དེ་ནི་སྐྱ་ལུས་ཚང་
 ལ་སྐྱོར་མོ་འདི་དང་ནོམ་པ་འདི་འདྲ་ཡོད་ཅེས་མཚུལ་བཤད་པའི་ནང་ལ་འཛོག་སྐྱེལ་ཡོད། མཚུལ་བཤད་
 པ་ནི་སྒྲོན་མོ་གཞན་དག་ལ་མེད་ལ་ཁྱི་སྒྲོན་ལ་ངེས་པར་དགོས་པའི་ཕྱག་ལེན་གཅོད་པར་གྱུར་ཡོད། བཛོད་

བྱ་ནི་གཏན་འཁེལ་མེན་པར་སྐབས་སྐབས་ལ་བྱིས་ནས་བཤད་དགོས་པས་འདི་ཡིན་ཞེས་གཏན་ལ་འབེབས་
མི་ཐུབ་ན་ཡང་། སལ་ཆེར་ཁྱ་མ་དེའི་སྐྱ་ཐེང་རིན་བྱོན་ནས་ད་ཉིད་སྐུ་ལ་སྐུ་ལ་ཐུག་གི་བར་དུ་མཛད་ནས་
མཇུག་པ་དང་སྟོན་འཛིན་པ་ནམས་ལ་ངོ་སྟོན་གྱི་ཆད་དུ་བཤད་ལ། ད་ཉིད་སྐུ་ལ་སྐྱ་འདིའི་སྐྱ་བཅའ་བའི་
བརྒྱུད་རིམ་ཞིག་བཤད་དགོས་ལ་དེ་ནི་སྐུ་ལ་སྐྱ་འཁྲུལ་མེད་བཅའ་ཚུལ་ནས་ད་ཉིད་ཅག་ནམས་ཀྱི་མགོན་
དུ་བྱོན་ཚུལ་དང་སྐྱིན་བདག་ནམས་ཀྱིས་ཁྱིམ་འབུལ་བྱས་པ་སོགས་བཤད་སྟོན་ཡོད། མ་འོངས་པར་སྐུ་ལ་སྐྱ་
དེའི་ཆོས་འཆད་ཉན་དང་གདུལ་བྱ་སྦྱོང་ཚུལ། སྐྱ་ཆོ་ཡུན་རིང་བརྟན་པ་སོགས་ཀྱི་ཚུགས་ནས་ཁ་གཡང་
དང་སྟོན་འདུན་བྱ་བ་བཅས་ས་བཅད་གསུམ་ལ་སལ་ཆེར་འདུ། ད་ཅང་སྐུ་ལ་སྐྱ་འདི་སྐྱ་བདག་ཆད་གིས་
དགོན་པ་ལ་ཆོས་འཆད་ཉན་དང་བསྐྱབ་པ་སྟོབ་གཉེར། མ་འོངས་པར་ཐུགས་རྒྱུད་ལ་ཡོན་ཏན་འབྱུང་བ་
སོགས་དེའི་སྐོར་ནས་དགོན་པར་བཅའ་གདམས་བྱེད་སྟོན་ཡང་ཡོད། ཁྱིམ་གྱི་བྱ་བ་ཡོངས་ལྷན་ལྷན་བྱས་
སྐུ་ལ་སྐྱ་གསར་བ་སྟོན་གང་ནས་བསུས་པ་ཡིན་ན་ཕྱིར་དེ་ལ་སྟོན་བཞིན་དུ་མེར་འབྱེད་བསྐྱགས་ནས་བསུ་
དགོས།

མཐུག་གི་གཏམ།

སྤྱིར་དགོན་ཆེན་འདི་འདྲའི་ཕྱག་ལེན་གྱི་ཆོ་གའི་ཟུར་རེ་འབྲི་རྒྱ་ནི་ང་ཉི་མ་ལྟ་ཞིག་ལ་མ་འོས་པ་ཞིག་
རེད་དེ། ད་ཐེངས་བྱ་བའི་དགོས་དབང་ཟེར་ན་ཡང་འདྲ་ཅག་རྒྱན་དུ་གནས་པའི་ཕྱག་ལེན་འདི་ཡི་གེར་
བཀོད་ཐུབ་ན་ཞབས་ཕྱི་གཙང་མ་ཞིག་རེད་སྟེ། གུན་སྦྱོང་དག་མ་ཞིག་གིས་འགོ་བརྩམས་ཏེ་མཐའ་
འཁྱེད་ས་སོང་བ་ལགས།

བཅར་འདྲི་བྱེད་ལ། འཛིགས་མེད་གྲགས་པ།

བཅར་འདྲིའི་དུས་ཚོད། 2015.5.19

སྐོ་འདྲི་ཡུལ། བརྟན་འཛིན་ཚོགས་མེད།

མགོ་ལོག་ཨ་སྒྲོང་ཁང་སར་ཡུལ་གྱི་གྲ་སྒྲོན་བྱེད་སྤངས་རྣམས་ཙམ་སྒྲིང་བ།

གཡུ་ཆ་ཆོས་སྒྲོང་སྤྱབས། གཉེན་སྒྲིལ།

སྒྲིང་གཞི།

ཁང་སར་ཡུལ་ནི་དེང་གི་མཆོ་སྒྲོན་ཞིང་ཆེན་མགོ་ལོག་གཉེན་སྒྲིལ་སྒྲོང་གི་ཁོངས་གཏོགས། སེ་ཁྲོན་ཞིང་ཆེན་གྱི་རུབ་ངོས་འབྲེ་ཡང་ཞེས་པ་ཅུ་ཆགས་ཤིང་རྒྱ་འབྱོར་དབང་ཐང་གིས་བྱུག་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། ད་དུང་ལྷ་པ་རེ་རེ་ལ་ལོ་རྒྱུས་མི་འདྲ་བ་དང་བྱུང་མཆར་གྱི་སྒྲོན་མོ་བྱེད་སྤངས་སྒྲ་ཆོགས་ཡོད་ཀྱང་། སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་གནས་བབས་དང་དུས་འགྱུར་གྱི་དབང་གིས་ད་སྐབས་ཉམས་རྒྱུ་དུ་ཡུར་བས་ལོ་རྒྱུང་ཆོར་རྒྱས་མེད་པའི་ཆོད་དུ་ཡོད་པས། དཔལ་འདིར་ཀན་པ་ཆོའི་དག་རྒྱུན་འགའ་བཏུས་ཏེ་གྲ་སྒྲོན་གྱི་སྒྲོང་རྣམས་ཙམ་སྒྲིང་ཡོད།

མགོ་ལོག་ཁང་སར་ཡུལ་གྱི་གྲ་སྒྲོན་ནི་ཁང་སར་གྱི་ཡིག་ཆ་གང་ནའང་མི་གསལ་ཡང་། དག་རྒྱུན་དང་ཟེར་སྒྲོས་ཙམ་མ་ཡིན་པར་ད་ལྟའི་བར་དུ་ཡུལ་འདིའི་སྒྲོན་མོ་བྱེད་སྤངས་ཤིག་དུ་ཡུར་ཡོད། དེའི་ཕྱིར་ཆོས་ཡིག་འདིའི་ནང་དུ་ཁང་སར་ཡུལ་གྱི་གྲ་སྒྲོན་རི་ལྟར་བྱེད་ཚུལ་དང་། གྲ་སྒྲོན་བྱེད་པའི་རྒྱ་མཆོན་གང་ཡིན། ང་ཆོས་དེ་ལ་དོ་སྣང་རི་ལྟར་བྱེད་དགོས་ཚུལ་སོགས་རྣམས་ཙམ་བྲིས་ཡོད།

དེ་ཡང་ས་ཆ་རེ་རེ་ལ་སྒྲོན་མོ་བྱེད་སྤངས་མི་འདྲ་བ་རེ་ཡོད་ལ། ང་ཆོའི་ལྷ་པར་ཡང་བྱུང་ཆོས་ལྡན་པའི་གྲ་སྒྲོན་དང་གཉེན་སྒྲོན། སྒྲ་སྒྲོན། ཁང་སྒྲོན། རག་སྒྲོན་སོགས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད། བརྒྱུད་ཅུའི་གྲ་སྒྲོན་ནི་ཀན་ཀོན་ཆོའི་ཆོ་ལོ་མཐར་ཕྱིན་པའི་སྒྲོན་མོ་ཞིག་ཡིན་ལ། དེ་ནི་ལོ་སར་ཆོས་གསུམ་མཁའ་བརྒྱ་གསུམ་ཡང་ན་རྒྱ་ཆོས་བཟང་པོ་ཞིག་ནས་འགོ་ཚུམ་ལ། དེ་བཞིན་དུ་དཔལ་འདིར་འབྲེ་འདོད་པ་ནི་གྲ་སྒྲོན་ཡིན། རྒྱ་མཆོན་ལོ་ལོན་ཀན་ཀོན་སྤྱི་ཞིག་ལོ་བརྒྱུད་ཅུར་བྱུང་ན་དེ་ནི་ང་ཆོས་ཏེ་ཅང་བྲག་ཤིས་པའི་རྟགས་མཆོན་ཞིག་དུ་བརྟེན་པས་སོ།

དང་གོ་མགོ་ལོག་ཨ་སྒྲོང་ཁག་གསུམ་བྱུང་ཚུལ་དང་མིང་ཐོགས་ཚུལ།

སྤྱིར་བོད་གངས་ཅན་འདི་ནི་དལ་ཆ་སྒྲ་དང་། ཨ་ལྷགས་འབྲ། བསེ་རྒྱུང་ལྷ། ལྷག་པོ་རྫོང་ཞེས་པའི་

རིགས་བཞི་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ལ། མགོ་ལོག་གི་མི་རྒྱུད་ནི་དེའི་ནང་ཚན་གྱི་ཨ་ལྷགས་འབྲུལ་ཡི་རྒྱུད་པ་ཡིན།
སྤྱི་ལོའི་དུས་རབས་བརྒྱ་བཞི་བའི་ལོ་ངོ་བརྒྱ་ཙམ་དང་རབ་བྱུང་དུག་པོའི་བཟང་བྱ་ལྔ་བརྒྱ་ཙམ་ལ། སི་
ཁོན་ཁིང་ཆེན་གྱི་ལུ་བོ་དེས་འབྲུལ་ལྷན་པ་ན། འབྲུའི་འཆོ་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་ནང་ནས་འབྲུ་ལྷ་རྒྱལ་
འབྲུམ་ཞེས་དུད་ཁྱིམ་བརྒྱ་གཅིག་ཙམ་གྱིས་སི་ཁོན་ཁིང་ཆེན་གྱི་དཔལ་ལུལ་རྫོང་གི་ཁོངས་གཏོགས་འགྲུ་
ཁོ་ལྷང་བའི་ས་ཆར་འོང་ནས་གནས་བཅས་སོ། ། དེ་ནས་གཉན་པོ་གཡུ་ཆེའི་སྤུ་མོ་རྒྱུང་བ་འབྲུ་ལྷ་རྒྱལ་
གྱི་ཕྱི་རྒྱུང་མར་རྒྱངས་ནས་བྱ་ཕག་ཐར་ཞེས་པ་སྤྱེས། དེ་ནས་ཕག་ཐར་ལའང་བྱ་བཞི་སྤྱེས། བྱ་ཆེ་བ་དྲོ་
ཇི་འབྲུམ་ལ་ཡང་བྱ་གཉིས་སྤྱེས། དེས་བྱ་ཆེ་བ་འབྲུམ་ལྷག་རྒྱལ་ལ་དེ་བཞིན་དུ་ཡང་བྱ་གཉིས་སྤྱེས། བྱ་
རྒྱུང་བ་ཨ་རྒྱུང་ཐོབ་ཀྱི་བདག་པོ་བྱས་ནས་རྫོང་རྒྱབ་ས། མཐར་དེས་རྒྱབ་ཕྱོགས་སུ་བྲག་ཁྱུང་འདྲ་བ་ཞིག་
ཡོད་པས་ཨ་རྒྱུང་གི་མིང་རིམ་གྱིས་ཨ་ཁྱུང་དུ་འགྱུར་ཁིང་། ད་ལྟ་ཨ་རྒྱུང་དུ་ཆགས་པ་དང་། དེ་ལ་ཨ་རྒྱུང་
འག་གསུམ་དུ་བྱས་པ་ནི་ཨ་རྒྱུང་ར་ལོ་དང་ཨ་རྒྱུང་ཨ་མཚོད། ཨ་རྒྱུང་ཁང་སར་ན་མས་སོ། །

གཉིས་པ། དྲི་བ་དྲི་ལེན་གྱི་སྒྲོན་ནས་གྱུ་སྒྲོན་དངོས་བཤད་པ།

ཆོས་རྒྱུད། གྱུ་སྒྲོན་མ་བྱས་པའི་ལྷ་རྩལ་ཏུ་གྲ་སྤྲིག་ཇི་ཉར་བྱེད་དགོས། དེའི་ཕྱོགས་ནས་ཅིག་གསུང་རོགས།
མཐུས་སོ། ། འུ་ཆོའི་ཐེ་བས་གནའ་ནས་ད་བར་དུ་བརྒྱུད་པའི་གོམས་སྤལ་ནི། གྱུ་སྒྲོན་མ་བྱས་པའི་ལྷ་རྩལ་
ཏུ་ལོ་བརྒྱད་རྒྱ་ལོན་པའི་ལོ་ལོན་དེའི་ལྷ་མོ་ནས་སྤྱོད་པ་ཁ་སྤྱོད་བཞུགས། ལུས་པོར་གཙང་སྤྱོད་ལེགས་པོ་བྱས་
ཏེ་ལུས་ལ་ཆོ་ལེན་དཀར་པོ་དང་སྒྲོག་པའམ་ཡང་ན། ཆར་ལ་དང་བྱིང་ལ་གང་ཅུང་གྱོན་ནས་དེ་ལ་སྤྱོད་
རགས་སྤྱོད་པོ་བཅིངས་ཏེ། མགོར་བྱིང་ཞུ་གྱོན། ཀླང་ལ་བྱིང་དཀར་ལུ་བ་ཅན་གྱི་བོད་ལྷ་མོ་འཕོས་སུ་ཞིག་
དང་། དེ་ལ་ལྷ་མོ་སྤྱོད་དམར་པོས་བརྒྱན་ཏེ་ཐིང་བ་ཤན་པོའི་ལེགས་སུ་བྱེད་ལ། ད་དུང་གྱུ་སྒྲོན་སྒྲོན་གྱི་
བཟའ་བཏུང་གི་རིགས་དང་། མགྲོན་པོར་འཕྱོར་ལན་སྤེར་བྱེད་ཀྱི་ཁ་བཏགས་སོགས་དང་། བསང་ཤིང་
འབྲུ་བ་དང་བསང་རྩས་སོག་སྤྲུག་མང་པོ་ཉོས་ནས་སང་ཉིན་གྱི་ཞོགས་པར་གྲ་སྤྲིག་བྱེད་ལ། རང་ཁྱིམ་གྱི་
ལག་རྩལ་ལས་ཐོན་པའི་ཞུན་དང་ལུད། རྩོ་འབྲས། ཞོ་སྤོ་སོགས་མང་པོ་སྤྱོད་བྱེད་ལ་ད་དུང་དེ་ལས་
ཁྱུང་པར་བ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་གྱུ་སྒྲོན་དང་གཉེན་སྒྲོན་དགོན་པའི་ཆོགས་རྩ་སོགས་གང་ཡིན་ཡང་ཤིའི་དྲི་མ་
ཙམ་ཡང་འཛོག་སྤལ་མེད་ལ། དེ་ནི་སྤྱི་ལོ་ཉིས་སྟོང་དུག་ནས་བཟུང་ཁང་གསར་ཐེ་བས་བཅད་པ་རེད། དེ་
ནི་ང་ཆོའི་ཐེ་བས་སྤྲིག་པ་ལ་འཛོམས་པའི་ཁྱུང་འཕགས་ཀྱི་རྟགས་ཤིག་ཡིན།

ཆོས་སྒྲིབ། གྲུ་སྒྲིབ་བྱེད་སྐབས་ཉེན་དེའི་ཞོགས་པར་ཇི་ལྟར་བྱ་དགོས།
 མཁས་ལོ། གྲུ་སྒྲིབ་བྱེད་ཉེན་གྱི་ཞོགས་པར་བཟའ་མི་གང་པོ་ལྷ་མོ་ནས་ཡར་ལངས་ཏེ་མ་མ་དང་བྱ་མོ་
 གང་ཅུང་ཞིག་གིས་ཞོགས་ཆུ་དངས་མོ་ལེན་པ་དང་། གཞན་རྣམས་ཀྱིས་ཐེར་ཁ་བསྐྱེགས་ནས་མཆོད་པ་
 གལ་དག་ཅིག་བཤམས་ཏེ། རྒྱུས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བསང་ཕྱད་ནས་བསང་འཁོད་གི་རྒྱས་པར་སྤང་གང་བ་
 ཞིག་བྱེད། དེ་ནས་བྱིས་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཤོག་སྒྲག་མེ་རྟོག་མ་སོགས་མཁའ་དབྱིངས་སུ་མངགས་ནས་རྟེན་
 འབྲེལ་ལྷ་བ་དང་བཟའ་མི་གང་པོས་ལོ་ལོན་དེར་ལུ་བ་གསར་བ་བསྒྲོན་ནས་ཁ་གཡང་དང་ལེགས་རྒྱུས་
 འབུལ་བཞིན་སྒྲུ་དང་གར། ཁ་མཆར་མང་པོ་བཤད་ནས་ནངས་ཇ་ལ་མཉམ་རྩལ་བྱེད། སྐྱེ་འགྲོན་སོགས་
 མ་ལེབས་གོང་ནས་ཆུན་པ་ཁོང་ཡར་སྒྱུད་བསྐྱད་དེ་ལག་ཏུ་འཁྱེད་བ་ཞིག་དང་འཁོར་ལོ་བཟུང་ནས་འདུག་
 ཟེར།

ཆོས་སྒྲིབ། གྲུ་སྒྲིབ་ལ་མགོན་པོ་ཆོས་ལེགས་རྒྱུས་ཅི་ཞིག་འབུལ་སྒོལ་ཡོད།
 མཁས་ལོ། གྲུ་སྒྲིབ་ལ་མགོན་པོ་ཆོས་བཀྲ་ཤིས་པའི་ཁ་གཡང་དང་ཆེ་རིང་ནད་མེད་ཡོང་བའི་སྒྲིབ་འདུན་
 ལྷ་བཞིན་ཁ་བཏགས་ཤིག་དང་དཔུལ་སོགས་གང་ལ་གང་འཆོམས་ཀྱི་ལེགས་རྒྱུས་རེ་རྒྱེར་བ་དང་ཆོང་མས་
 དགའ་སྤྱོད་དང་ནས་སྒྲུ་ལེན་གར་ཅེད་དང་། ཁ་མཆར་གྱི་ཅེད་མོ་སྤྲ་ཆོགས་ཀྱིས་གྲུ་སྒྲིབ་ལ་རྟེན་འབྲེལ་
 ལྷ་ཞིང་། རང་བྱིམ་དང་རང་གི་བྱ་དང་བྱ་མོ་བྱིམ་མི་གཅིག་པའི་གཉེན་ཉེ་གཙོ་བོ་དག་གིས་ཐེ་མི་ཆོ་དང་
 མི་འདྲ་བར་ལེགས་རྒྱུས་ལ་རྟོ་རྟོར་ལྷག་གསུམ་དང་ཡང་ན་དེ་ལས་གཞན་སྒྲོར་མོ་སོགས་རྒྱེར། ད་དུང་
 རང་གི་དགོན་པ་གསར་མ་དང་རྟེང་མ་ཇོ་ནང་བ་གསུམ་དང་། དེ་ལས་གཞན་སྒྲུ་བྱང་དང་སྐྱེ་འབུམ། སྒྲ་
 ཅུང་སོགས་དགོན་པ་ཆེ་སར་སོང་ནས་ཆོགས་ཇ་དང་གྲུ་ཆོང་ལ་འབྱེད་རྒྱུ་སྒོལ་ཡོད། དེ་ལས་ལེགས་
 རྒྱུས་འབུལ་སྤངས་ལ་གནད་དང་མི་འདྲ་ས་རྒྱུད་ཡོད་དེ། གནད་གཙོ་བོ་སོགས་རྒྱུས་ལ་སྐྱེ་གསུང་ཐུགས་
 རྟེན་དང་ལ་བ་ཇ་སོགས་འབུལ་ལ། དེང་སང་དེ་དང་མི་འདྲ་བར་རྒྱུག་སྒོལ་ཡོད་པ་ནི། གཙོ་བོ་དཔུལ་
 སྒྲོར་འབུལ་བཞིན་ཡོད་ལ་འཕྱོར་ལན་ཡང་དཔུལ་སྒྲོར་ཡིན་ཏེ། སྒྲོར་ཉེ་ལྷ་ནས་བརྒྱུད་བར་འབུལ་སྒོལ་
 ཡོད། འཕྱོར་ལན་དུ་ཁ་བཏགས་ཤིག་དང་སྒྲོར་བརྒྱ་ཡིན་ལ་ད་དུང་རྟོ་རྟོར་ལྷག་གསུམ་གང་ཅུང་ཞིག་
 བྱིན་ཆོ་འཕྱོར་ལན་སྒྲོར་བརྒྱ་དང་ཁ་བཏགས་ཤིག་ཡིན།

ཚོས་སྒྲིང་། གུ་སྟོན་ལས་གཞན་གོ་སྟོན་དང་བརྒྱ་སྟོན་སོགས་བྱེད་ཚུལ་ཡོད་དམ།
མཁས་ལོ། གུ་སྟོན་ལས་གཞན་གོ་སྟོན་དང་བརྒྱ་སྟོན། ད་དུང་ལོ་བརྒྱ་དང་བརྒྱ་གསུམ་སོགས་ལ་ཡང་སྟོན་
མ་བྱེད་ཚུལ་ཡོད། དེ་ནི་གོང་གི་གུ་སྟོན་དང་མི་འདྲ་ས་དམིགས་ནས་ཡོད་པ་ནི་དགེ་ཆ་གཙུག་པོ་བྱེད། གོང་
དང་མི་འདྲ་བར་དགེ་ལུན་སྤྲུལ་ཆོགས་པ་ཞིག་བྱེད་ལ། ཡུལ་ཕྱོགས་གཞན་དག་ནས་ཆན་པོར་གུ་སྟོན་
དང་ཆན་མོར་ཚོས་དང་གསོན་ཚོས་བྱེད་ཀྱང་། གཅིག་སྒྲིལ་ནས་དེའི་དབྱེ་བ་ཏུ་ཅང་གསལ་བོ་བྱས་མེད་
པ་འདྲ། ཡུལ་ཕྱོགས་གཞན་ནས་གོ་སར་སྤྱང་ལས་ཆོ་ལོ་མཐར་བྱིན་པའི་སྟོང་དཔོན་ཨ་ཁྱེས་ཁྲ་ཆན་གྱི་
སྤྱང་སྤྱ་ཆན་པ་རེ་བཤད་པའི་སོལ་འདུག་ཀྱང་། འདིར་རྒྱགས་མི་ཆེ།

མཚུག་གཏམ།

གོང་གི་ཚུམ་བུང་འདི་ནི་ངས་དབྱར་གནང་བེད་སྤྱད་དེ་རང་ལྗེ་བའི་ཆན་པོ་ཨ་ཁྲ་མཁས་ལོ་ལགས་
གྱི་ངག་ནས་བཏུས་པའི་གུ་སྟོན་གྱི་སྟོར་ནས་ས་བཅད་མ་སྟོང་ཙམ་དུ་འཕྱི་ཁྲལ་བྱས་པ་ཡིན་མོད། བདག་
ལ་མཚོན་ན་རིག་གནས་ཀྱི་ཚུ་ཆད་སོགས་ཕྱོགས་གང་ཅིའི་ཐད་ནས་ཞན་པ་དང་ངོ་གཞོངས་པའི་ཆོད་
དུ་ཡོད་པས་ཆོག་གི་ལྗེ་བ་སྟོར་དང་ཆད་སྟུག་ནོར་དོགས་སོགས་མང་སྲིད་པས་སྟོག་པ་བོ་རྒྱམས་ཀྱིས་མཚུབ་
སྟོན་དང་དགོངས་འཆར་སྟུག་པོར་གནང་བར་མཁྱེན། མཐར་ཨ་ཁྲ་མཁས་ལོ་ལགས་གྱི་ལུས་ལ་ནད་མེད་
ཆོ་རེད་དང་ཅི་བསམ་སྟུན་འགྲུབ་ཡོང་བའི་སྟོན་འདུན་ལྟ།

བཅར་འདྲི་བྱེད་ལ། མཁས་ལོ།

ཅར་འདྲི་བྱེད་སའི་ལས་གནས། གསལ་ཁོག་ལྗེ་བའི་ལྗེ་མི།

བཅར་འདྲིའི་དུས་ཚོད། 2015.5.25

རྩ་བ་སྒྲོལ་མང་ལུལ་གྱི་གཉེན་སྦྲེལ་སྒྲོལ་རྒྱུ་ལས་ཅམ་སྒྲིབ་བ།

ཆོས་དགའ། ༡༩་བོ།

[བད་དོན་གནད་བརྒྱུས།] གཤམ་དུ་བདག་གིས་རྩ་བ་སྒྲོལ་མང་ལུལ་ལས་རི་ལྷ་རན་ཆོ་བ་དུག་གི་གཉེན་སྦྲེལ་སྒྲོལ་ནས་ཉམས་པ་སྒྲུབ་གསོ་དང་མ་ཉམས་གོང་འཕེལ་གྱི་ཕྱིར་དུ་རྒྱུ་ལས་ཅམ་བརྒྱུད་ཡོང།

སྒྲིབ་གཤི།

མདོ་སྨད་རྩ་བ་ལྟར་ཕྱག་མའི་ཁོངས་གཏོགས་བྱང་ཉི་མ་སྒྲ་བྱང་གི་དགོན་ལྷག་རྩ་བ་སྒྲོལ་སྒྲོལ་མང་དགོན་གྱི་ལྷ་ལྷེ་རི་ལྷ་རན་ཆོ་བ་དུག་ནི། མི་རབས་མང་བོ་ལ་ས་ཁུལ་འདིར་གཞིས་ཆགས་ནས་ཕྱོད་ཕྱོད་མས་པོ་ཆོད་གོམས་སྦྲེལ་གཞིར་བརྒྱུད་བ་ལ། ད་ལྷའི་བར་དུ་འཕྲུལ་ཕྱོག་ཕྱང་སོང་ཡོད་ནའང་བོད་རང་གི་ཁྱད་ཆོས་མ་དོར་བའི་གོམས་སྦྲེལ་གང་མང་ཞིག་མཆིས། དཔེར་ན། འཆོ་བའི་བྱེད་སྒྲོལ་དང་འབྲེལ་བའི་མོ་སུམ། འབྲུབ་སྟོན། གཉེན་སྟོན། ཁང་སྟོན། གྲུ་སྟོན་སོགས་རང་གི་ཁྱད་ཆོས་དང་ཕན་པའི་གོམས་སྦྲེལ་མང་བོ་ཞིག་རྒྱུན་བསྐྱུངས་པ་དེ་ནི། མས་པོ་གོང་མ་ཆོད་ལྷགས་རྗེའི་སྒྲོན་ལམ་དང་ད་ཆོ་སྒྲུབ་མང་ལ་གནད་བའི་གོམས་སྦྲེལ་རེད། ཕྱིར་གཉེན་སྒྲིག་ནི་ད་ཆོར་གི་ས་གནས་གྱི་ཁྱད་ཆོས་ཕན་ལ་ཁྱད་པར་དུ་བོད་ཕྱིའི་གཉེན་སྒྲིག་གི་ལྷགས་སྦྲེལ་མི་འདྲ་བའི་ཆ་ཕྱང་ཅམ་རེ་ཡོད་པར་སྒྲུམ།

དང་བོ། གཉེན་སྒྲོལ་རྒྱུ་ལས།

གཉེན་སྒྲིག་ལྷགས་སྦྲེལ་འདི་ནམ་རྒྱུན་འཆོ་བའི་ཁྱོད་མེད་དུ་མི་རུང་བའི་ལྷགས་སྦྲེལ་ཞིག་ཡིན་པས་ད་ཆོད་གོམས་སྦྲེལ་ལ་པ་མ་གཙོ་བྱས་ནས་བྱ་ལྷག་གི་གཉེན་སྒྲིག་སྒྲོགས་འཆོལ་བ་ཡིན། ཕྱིར་གཉེན་ཡིག་ཅེས་པ་ནི་《དུང་དཀར་ཆོག་མཛོད་》དང་《མདའ་དང་འཕང་》ཞེས་པ་ལས་”ཁྱིམ་ཆང་གཉིས་བར་གཉེན་སྒྲིག་གི་གན་རྒྱ་འཛོག་ལ་ཕྱོགས་སོ་སོས་མ་དཔེ་གཅིག་ཉར་ཆགས་བྱས་ཡོད་”ཅེས་བཀོད་ཡོད་པ་ལས་རྟོགས་བྱུང། ད་བར་བོད་ནང་ཁུལ་དུ་གཉེན་རྟགས་རྒྱག་པའི་གོམས་སྦྲེལ་ཞིག་དར་དང་དར་བཞིན་ཡོད་ལ་དེ་ནི་བོད་རང་གི་གོམས་སྦྲེལ་དངོས་གནས་ཞིག་མིན་པར་སེམས། ད་ཆོད་ལྷེ་བ་འདི་ནས་སྒྲ་མའི་ལུང་བསྟན་དང་སྒྲོགས་ལ་གཞི་བཅོལ་ནས་གང་ལྟར་སྒྲོགས་འཆོལ་བ་ཡིན།

གཉིས་པ། རང་སྒྲིག་གཉེན་སྦྲེལ་གྱི་རྣམ་པ།

སྤྱིར་ང་ཚོ་རང་གཞན་སྤྱི་ཡོན་ཡང་བརྟེན་དུང་ཞེས་པའི་ཐ་སྣང་ལ་དགའ་བ་ཙམ་མ་གཏོགས་རྩིས་སྤྱི་ལ་བྱས་ནས་གཉེན་སྒྲིག་བྱེད་མཁན་ཉ་ཅང་ཉུང་ཉུང་རེད། དེ་བས་གང་ལ་གང་འཚམས་ཀྱི་བག་ཆགས་ཀྱིས་རང་སྒྲིག་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད། གཞན་ཡང་ང་ཚོ་བོད་ཀྱི་བྱ་དང་བྱ་མོ་གཉིས་ཀྱིས་རྣམ་དག་གི་བརྟེན་དུང་ཞེས་སྒྲིང་བ་ལ་མ་མ་དང་སྤྱི་ཡོན་གཞན་གྱིས་བར་ཆད་སོགས་འབྱུང་གི། དེའི་རྒྱ་རྒྱུན་གཙོ་བོ་ནི། རྩམ་རྒྱུད་དམན་པ་དང་མི་གཙང་བ། སྤྱབ་མཐའ་མི་གཅིག་པ། བྱིས་ཚང་གི་འབྱོར་བ་སོགས་མི་མཐུན་ན་གཉེན་སྒྲིག་གི་བཀག་རྒྱ་བྱ་བ་ལོ།

གསུམ་པ། ལོ་རྩམ་སྤྱི་ལའི་སྒྲིང་།

མག་པ་དང་མནའ་མ་ལེན་པའི་རྣམ་པ་དེ་ནི་བྱིས་བདག་གཙོ་བྱས་ནས་གཏན་ལེམ་བྱེད་པ་དང་རང་ཉིད་ཀྱིས་འགོ་བཟུང་ནས་གཉེན་སྒྲིག་འོས་མིན་ལ་ཆིས་འདེབས་ཀྱིན་ཡོད། ཆིས་ཀྱི་སྒྲིང་ལ་གཙང་ཚ་བཟ། རྩོས་མཛད་པའི་《དམངས་སྤྱོད་རིག་པའི་སྒྲིང་ལོ་རྒྱུས་》 ནུ་མཐུང་ཡུག་གཉིས་ཀྱིས་རེ་ཆོད། བྱི་འབྲུག་གཉིས་ཀྱི་ཐོག་རྒྱུག་ཅས་པ་སོགས་ལས་ལོ་རྩམ་བབས་སྤྱི་མི་མཐུན་པར་གཉེན་མི་སྦྲེལ། “ཞེས་དང་《བོད་ཀྱི་དཀར་ཆིས་རིག་པའི་གཞུང་ཡུགས་》 ལས་”བྱི་ལོ་བའི་བྱ་ལ་སྤྱོད་ལོ་བའི་བག་མ་བཟང་། “ཞེས་གསུངས་བ་དང་གཞན་སྤྱོད་དཔོན་ཆེན་མོ་ཤུལ་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོའི་《འབྱུང་ཆིས་དཔྱད་ཐུན་སྤྱི་རྒྱུ་ལོ་རྒྱུས་》 འདེབས་གཉིས་པའི་སྒྲིང་འགོ་རྒྱུས་འགོ་རྒྱུས་རིག་པའི་མེ་ལོང་》 ལས་”བདུན་བྱར་ལ་ལེམ་ན་ཆད་རྒྱུད་དམན་མ་ཡིན་ཞེས་ཅུང་ཙམ་ངན་མོ། ། “ཞེས་གསུངས་བ་སོགས་ལས་གསལ་བ་དང་ལོ་རྩམ་སྤྱི་དང་སྤྱི་འཕམ་ཆོ་ལོ་སྤྱང་སོག་གི་སྤྱང་འཕམ་ལེན་པའི་སྤྱོད་ཡོད། མདོར་ན་བོད་རང་གི་ཁྱད་ཆོས་ཐུན་པའི་ཆོ་ག་རྒྱུ་བ་སྤྱངས་མང་བོ་ཡོད།

བཞི་པ། གཉེན་སྦྲེལ་བ།

སྤྱིར་གཉེན་སྦྲེལ་བ་ནི་འཛིག་རྟེན་པ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིར་ཆེས་སྤྱིར་བཏང་གི་ཡུགས་སྤྱོད་ཞིག་ཡིན་ལ། གཞན་མེད་བསམ་སྒྲོ་དང་སྤྱི་ཆོགས་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་སོགས་འཕེལ་རྒྱས་བྱུང་བའི་མཚོན་རྟགས་ཤིག་རེད། 《ཨ་མདོའི་ཡུལ་སྤྱོད་གོམས་འདིས་ཉུང་བཟུས་》 ལས་”པ་མའི་གཉེན་སྦྲེལ་བ་ཡུལ་དེ་དང་རྩམ་རྒྱུད་ཉེ་མི། ཤ་རྩམ་གཙང་མི། གཞིའི་སྤྱང་མ་མཐུན་མི། ཐོབ་ཐང་ཆེ་མིན་དང་། འབྱོར་བའི་དབུལ་ཕྱུག་མི་རྒྱུད་

བྱིས་ཆང་གི་མགོ་ལྷས་བཅས་ལ་བརྟག་ནས་གཉེན་སྦྲེང་བ་ཡིན། གཉེན་སྦྲེང་བ་ནི་ཚུལ་མཐུན་གྱི་ལྷགས་
སྒྲིབ་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ཞེས་ལཔ་ན་འགལ་བ་མེད་སྟེ་ཞེས་པ་ལྟར་རོ།

ཐུག་མནའ་མ་དང་མག་པ་སྦྲེང་བ།

བྱིས་ཆང་ཞིག་གི་མག་པ་སྦྲེང་བ་ནི་པ་མ་གཉིས་ལ་བྱ་མོ་གཅིག་ལས་མེད་ཆོ། བྱ་མོ་དེར་ཆོ་གཅིག་གི་
གཏན་གྲོགས་ཤིག་དང་མཉམ་དུ་བྱིས་འཛིན་བྱེད་དུ་འཇུག་པ་ཡིན། དེ་མཉན་དག་རྒྱུན་ལ་བྱ་མོ་འགྲོ་ས་
གནས་ཡིན་ཞེས་པ་ལྟར་གཉེན་སྦྲེང་གི་ལྷགས་སྒྲིབ་གང་ཡིན་ཡང་། བྱིས་ཆང་དང་ཉེ་སྤྱོད་ཆང་མས་བཅི་
བཀུར་བྱེད་པའི་སྦྲེས་པ་ཞིག་གཉེན་སྦྲེང་དུ་འཇུག་པ་ཡིན། ཉེན་མོ་དེར་གཉེན་སྦྲེང་མཐན་གྱིས་ཁ་བཏགས་
ཤིག་བྱིར་ནས་བྱ་མོའི་ཨ་ཞང་དང་ཨ་ས་གང་ཅུང་ལ་གཉེན་སྦྲེང་བ་དང་། གཉེན་སྦྲེང་མཐན་གྱིས་བྱིར་
བའི་ཁ་བཏགས་སྒྲངས་ན་བྱ་མོ་གནས་ལ་སྤེར་བའི་རྟགས་ཡིན། སྤྱིར་བོད་རང་གི་བྱ་མོ་ཆང་མ་ཡིན་པའི་
གོ་མས་སྒྲིབ་ཞིག་ལ་བྱ་དང་བྱ་མོ་གང་ཡིན་ཡང་བྱིས་ཆང་གཞན་ལ་མག་པ་དང་བག་མར་འགྲོ་བའི་ཆོ་
རྒྱུ་སྒྲིབ་དང་བཅས་ཏེ་སྦྲེལ་མ་བྱེད་པ་ཡིན། ད་ཆོའི་ས་གནས་འདིར་མནའ་མ་དང་མག་པ་གང་ཡིན་
ཡང་སྒྲིབ་ལ་བྱིས་འཇུག་བྱས་ནས་གཉེན་ཆང་ལ་ལོ་གཅིག་གཉིས་རེ་དང་ཡང་ན་ཁྲི་བ་འགར་འདུག་པ་
ཡིན། དེའི་རྒྱུ་གཉེན་སྦྲེང་དང་རྒྱུ་སྤེར་བའི་གོ་མས་སྒྲིབ་མི་འདྲ་བ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་པ་རེད།

དུག་པ། གཙང་ལྷ་དང་གཡང་འབོད་སྤྱིའི་གནས་ཚུལ།

སྤྱིར་ད་ཆོ་བོད་ལ་གཙང་ལྷ་འི་ཆོ་ག་མང་པོ་ཞིག་དར་ཡོད་པ་ལས། འདིར་བག་མ་བྱིས་འཇུག་མ་
བྱས་སྒྲིབ་དུ་གཙང་ལྷ་བྱེད་ཚུལ་ནི། དང་ཐོག་ཐང་ཁྲོམ་དང་ར་དུག་མེར་བསྒྲོན་ནས་དེའི་དུད་མགོ་ནས་
མནའ་མ་པར་འགྲོ་བ་དང་མེ་སྒྲོན་མཐན་དེ་བྱེད་མེད་སྤྱོད་པ་བན་པ་ཅན་ཞིག་ཡིན་དགོས་པའི་བཤད་
སྒྲིབ་ཡོད། དེའི་རྒྱུ་སྤྱིའི་མཚམས་ནས་བྱ་བ་ཞིག་གིས་ཁྲོམ་བྱེད་ལ་སྐབས་དེར་མནའ་མ་དུང་མོར་
འདུག་དགོས།

གོང་གི་དེ་གཉིས་ལ་ལུས་སྒྲིབ་དུ་མནའ་མེ་དང་མནའ་ཁྲུས་ཟེར་བ་ཡིན། སྤྱིར་གཙང་ལྷ་བྱེད་དགོས་
པའི་རྒྱ་མཚན་མས་པོ་གོང་མ་ཆོའི་དག་རྒྱུན་ལ་མནའ་མ་གནས་ཆང་གི་བྱིས་དུ་མ་འཇུག་སྒྲིབ་ལ་ལུས་
ཐམས་ཅད་བྱིབ་གྱིས་གཡོགས་ཡོད་པས་དེས་པར་དུ་གཙང་ལྷ་འི་ཆོ་ག་བསྐྱབ་དགོས་པར་གསུངས། གཞན་
གནས་ཆང་གིས་བྱ་བ་འགའ་གཞན་དུངས་ནས་གཡང་འབྲུག་གི་ཆོ་ག་བྱེད་ལ། 《མདའ་དང་འཕང་》

ལས་”གཡང་འགྲག་གི་ཆོག་གཏེ་གཡུ་ཆེན་ཞིག་དུ་བརྩེ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི། མག་པ་བཟ་ཤིས་པའི་
 རྒྱུན་ལས་བྱིས་ཆང་དེ་ལས་བྱིས་ཐོན་འགྲོ་དངོས་འཛིན་བྱེད། རྒྱས་མཚུངས་གཡང་འགྲག་གི་ཆོག་གཏེ་
 མནའ་མའི་བྱིས་ཆང་ནས་སྒེལ་ན་བྱིས་དེ་ལུ་མཐུད་དུ་དར་རྒྱས་འབྱུང་བའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པ་རེད།” ཅས་
 གསུངས་ཡོད་ལ་གཡང་འགྲག་གི་ཆོག་གཏེ་ཆད་མི་རུང་བ་ཞིག་ཡིན། ཉེན་མོ་དེར་བག་མར་ཆེད་དུ་ཟ་མ་
 བྲ་སྒྲིག་བྱེད་ལ། ས་ཆ་ལ་ལ་ནས་བག་མར་འབྲི་མར་མེར་བོ་ཁར་འབྱེལ་བ་ཞིག་བྲ་སྒྲིག་བྱེད་ལ། ང་ཆོའི་
 ས་གནས་ལ་རྒྱན་ཆགས་སུ་སོང་བ་ནི་ཤོ་ཐུག་ཡིན། དེའི་མེད་ལ་ང་ཆོའི་ཡུལ་སྐད་དུ་མནའ་ཐུག་ཟེར་བ་
 ཡིན། མ་བྱིས་དུ་བྱིང་དཀར་གྱི་གདན་ཞིག་གི་སྤྱོད་དུ་ནས་དང་འབྲས་གང་རུང་གིས་གཡུང་དུང་གཡལ་
 འབྱེལ་ཞིག་བྲིས་ཡོད་པའི་སྤྱོད་དུ་འདུག་པ་ཡིན།

བྱི་ཉེན་ཐེ་བ་དེའི་བྱིས་པ་ཆོ་བོས་ཏེ་གནས་ཆང་ནས་བཟ་ཤིས་པའི་མཚོན་རྟགས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་ཅེད་
 རིགས་སྒྲ་ཆོགས་ཅེ་བ་ཡིན། བྱིས་པ་ཆོར་མཚོན་ན་ཆེས་སྒྲོ་སྒྲ་ལྡན་པའི་ཉེན་མོ་ཞིག་ཡིན་ཡང་ད་སྐབས་
 གོམས་སྒོལ་དེ་རུང་ཉམས་རྒྱད་དུ་འགྲོ་བ་ཞིག་ཡོད།

བདུན་པ། གཉེན་སྟོན་སྤྱིའི་གནས་ཚུལ།

སྤྱིར་སྟོན་མོ་ཞེས་པ་ནི་ཆུང་བྱིས་པ་ནས་བཟུང་གན་པའི་བར་དུ་ཆེས་མཐོང་ཆེན་བྱེད་པའི་ཉེན་མོ་
 ཞིག་ཡིན་པར་མ་ཟད། བག་སྟོན་དང་མག་སྟོན་ནི་འཛིག་རྟེན་པ་ཞིག་ཡིན་ཕྱིར་ཁོའི་མོ་ཆོའི་ནང་ཆེས་
 གཡལ་ཆེ་བའི་ཉེན་མོ་ཞིག་ཡིན་པར་ཀུན་གྱིས་བཟང་གྱིན་ཡོད། གཞན་གཉེན་སྟོན་མ་བྱས་སྟོན་ལ་མནའ་
 མ་བྱིར་རང་བྱིས་དུ་སྒྲེལ་མ་བྱས་ནས་པ་མ་གཉིས་དང་མཉམ་དུ་ཉེན་འགར་འདུག་པ་ཡིན། སྐབས་དེར་
 ཨ་ཁང་ཆང་གིས་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཚུལ་དུ་ཤ་མར་ཐུད་གསུམ་དང་ཀར་སེལ་རྟོག་སོགས་ཟས་སྒྲ་མང་པོས་
 རྩེར་ཁ་རྒྱ་ཆེར་བཤམས་པ་ཡིན། དེའི་རྩེས་གནས་ཆང་གི་སྒྲེལ་མ་དག་ལས་བག་བདེ་བ་ཞིག་ཡོད་ནས་སྟོ་
 ལས་ནས་སྒྲ་ཞིག་ལེན་དགོས། ཡུལ་སྐད་དུ་སྟོ་སྒྲ་ཟེར་བ་ཡིན། སྟོ་སྒྲ་ནི་”ཁྱའི་ལ་རེ་སྟོ་མགོ་གམེར་མཁར་
 དགུ་ཐོག་རེད། གམེར་ལ་རེ་དགུ་ཐོག་ཉི་མ་རེད་ཤར་རེད།”ཟེར་བའི་སྒྲ་དེ་མ་སྒྲངས་ན་ཨ་ཁང་ཆང་གི་
 སྟོ་མི་འབྱེད། གཞན་གཉེན་ཆང་གིས་སྒྲེལ་མ་བྱེད་མཁན་ན་མས་ལ་ལུ་བ་དང་ཁ་བཏགས་རེ་སྟེར་བ་ཡིན་
 ལ་ཁ་བཏགས་དེ་ཆང་མས་སྒྲེར་ཁའི་སྟེང་དུ་བཞག་ནས་ཡོང་བ་ཡིན། དེ་ནས་ཉེན་འགའི་རྩེས་ནས་གཉེན་
 ཆང་དང་ཨ་ཁང་ཆང་གཉིས་ཀྱི་ཕ་སྟེ་དང་ཉེ་སྟོར་སོགས་ལ་མགོན་ཤོག་བྱིན་ནས་སྟོན་མོར་འཕོད་པ་ཡིན།

བརྒྱད་པ། སྒྲོན་མོར་འབོད་ཚུལ།

གཉེན་ཚང་གིས་སྒྲོན་མའི་མཛད་སྒོ་མ་བྱས་ཐོན་ལ་ཨ་ཁང་ཚང་གིས་བྱ་མོ་ལ་རང་རྩས་ཅི་སྟོགས་ཀྱིས་གཡུ་བྱར་གྱི་སྒྲིབ་དང་། བཞོ་བྱང་། སྒྲིབ་བཅིངས།ཆབ་མ(རྩ་ལུང་། ལག་གཏུབ་སྟགས་གཙོ་བྱས་ནས་ཉིན་མོ་དེ་ལ་ཚུངས་སྐལ་དང་བཅས་སྒྲོན་མོར་སྒྲིབ་པ་ཡིན། གཉེན་ཚང་གིས་སྒྲོན་མོ་ནས་མགོན་ཤོག་བཀའ་ཡོད་པ་ནང་བཞིན་རྩ་སྟེ་དང་ཉེ་རིང་སྟགས་ཡོད་ནས་ལམ་པ་བྱེད་པ་ཡིན། ཉིན་མོ་དེར་ཨ་ཁང་ཚང་དང་། གཉེན་ཚང་གཉིས་ཀྱི་མགོན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་སྒྲོར་དང་། རས། འབྲས། གདན་སྟགས་རང་རྩས་ཀྱིས་ལེགས་སྒྲིབ་སྟེར་བ་ཡིན། དེར་སང་ལེགས་སྒྲིབ་ཅི་ཞིག་བྱིན་ན་ཡིག་ངོས་སུ་ཕབས་ནས་ཉར་ཆགས་བྱེད་པའི་གོམས་སྟོལ་ཞིག་ཆགས་ཡོད།

མཚུག་གཏམ།

མདོར་ན་དེ་པ་ཡུལ་ལ་གཉེན་སྒྲིག་གོམས་སྟོལ་གཞན་དང་མི་འདྲ་བ་མང་བོ་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་དེ་དབྱེད་སྟོབས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དང་སྦྱངས་སྟོབས་ཀྱི་ཤེས་རབ། ཐ་ན་དུས་ཚོད་ཀྱི་ཁོམ་ལོང་སྟགས་ཀྱི་དབང་གིས་མ་འཁྱེངས་ས་མང་བོ་ཞིག་ཡོད་པས། འདྲིར་གཟིགས་མ་ཐན་རྣམས་ལ་བཞོད་གསོལ་བྱ་བ་དང་ཆབས་ཅིག་དུ་མ་འོངས་པ་ན་རང་གི་ས་གནས་ཀྱི་ཡུལ་སྟོལ་གོམས་གཤིས་ལ་བཅི་མཛོད་བྱས་ཏེ་མ་ཉམས་གོང་སྟེལ་དང་ཉམས་པ་སྦྱར་གསོ་བྱེད་པའི་རེ་བ་ནན་གྱིས་བྱ་བ།

མགོ་ལོག་དགའ་བདེའི་ཚུགས་ཀྱི་སྐར་རི་ཟླ་བའི་གྲ་སྟོན་རགས་ཙམ་སྒྲིང་བ།

སྐར་ཕ་ཚུགས་ཆེན། དགའ་བདེ།

སྒྲིང་གཞི།

གྲ་སྟོན་ཞེས་པ་ནི་ལོ་བརྒྱད་ཅུར་སོན་ཆོ་རྟེན་འབྲེལ་ཁྱབ་པའི་སྟོན་མོ་ཞིག་སྟེ། དེ་ནི་བོད་ལས་མི་རིགས་གཞན་པ་དང་རྒྱལ་ཁབ་མང་པོ་ཞིག་ལ་འདྲ་སྟོན་འདི་ཆགས་ཡོད། དེ་རིང་ངས་མདོ་སྐད་ཨ་མདའི་ཁོངས་གཏོགས་པ་ཡུལ་མགོ་ལོག་དགའ་བདེའི་ཚུགས་ནས་གྲ་སྟོན་བྱེད་སྐབས་དང་རྣམ་པ་ཅི་འདྲ་ཞིག་གི་སྟོན་སྟེལ་སྐབས་སོགས་མདོར་བསྡུས་ཏེ་ཉུང་ཙམ་ཞིག་བཤད་པར་བྱའོ།

དང་པོ་གྲ་སྟོན་གྱི་གོ་དོན་དང་དེའི་འབྱུང་ཁྱེན།

ལོ་བརྒྱད་ཅུའི་སྟོན་མོ་ཞེས་པ་ནི་མིའི་དགྲ་ལོ་འཇམ་ན་ཆོད་བགེས་སོང་དག་ལ་སེམས་མཚན་བྱེད་ཀྱི་སྟོན་མོ་ཞིག་དང་། ཡང་ན་དགྲ་ལོ་བརྒྱད་ཅུར་སོན་ཆོ་རྟེན་འབྲེལ་ཁྱབ་སྐབས་ཤིག་ལ་ཟེར། ལོ་ཞེས་པ་འདིར། 《དག་ཡིག་གསར་བསྐྱེགས་》ལས། “ལོ་ཉ་ཡུན་ཚད་ཀྱི་ཟླ་ཆོད་ཏེ། སའི་གོ་ལས་ཉི་མར་སྐར་བ་གཅིག་ལོངས་བའི་ཡུན་ཚད་ལྟ་བུ། ༡ མིའི་ན་ཆོད་ཀྱི་མིང་སྟེ། ལོ་གཞོན་པ་དང་། ལོ་གན་པ་ལྟ་བུ།” “གྲ་ཞེས་པ་འདིར། བརྒྱད་ཅུ་མཚན་པའི་ཆོག་སྟོན་ཏེ། བརྒྱད་ཅུ་གཅིག་དང་། གྲ་གཉིས་ལྟ་བུ།” “སྟོན་མོ་ཞེས་པ་འདིར། མགོན་པོ་ལ་བཟའ་བརྟུང་གིས་སྟེ་ལེན་བྱེད་པའི་བྱ་བའི་མིང་སྟེ། ལོ་གསར་སྟོན་མོ། རྒྱལ་ཚུགས་དུས་ཆེན་སྟོན་མོ་ལྟ་བུ། མིང་བསྡུས་ན་སྟོན་ཞེས་བྱེད་ཆོག་སྟེ། དགའ་སྟོན། གཉེན་སྟོན། བརྒྱད་ཅུའི་གྲ་སྟོན་ཞེས་པ་ལྟ་བུ་“ཞེས་འབྱུང་། 《བོད་རྒྱ་ཆོག་མཚོ་དྭ་ཆེན་མོ་》ལས།” དགའ་སྟོན་གསོལ་ཆོགས་དང་དེ་འབྲེལ་གྱི་ལྷ་དང་མོ། དུས་ཆེན་གྱི་སྟོན་མོ། ཤེས་སྟོན། གསོལ་སྟོན་བཤམས་པ། སྟོན་མོ་འདྲེན་པ། མགོན་རིགས་ལ་སྟོན་མོ་འདྲེན་པ་“ཞེས་འབྲེལ་ཡོད། དེ་དག་ལ་བསྐྱས་ན་གྲ་སྟོན་ཞེས་པར་གོ་བ་ལོན་པ་ནི་ཆས་སྐམ་ཞིག་སྟེ། གྲ་སྟོན་སྐྱ་ཞིག་ལ་བྱེད་པ་ཡིན་ན་དེའི་སེམས་དགའ་བར་མཚན་པའི་ཆེད་དུ་སྟོན་མོ་ཞིག་བྱས་ནས་མགོན་པོ་རྣམས་ལ་གང་ལ་གང་ཡོད་ཀྱིས་ལེགས་སྦྱོར་རེ་བྱེན། གྲ་སྟོན་འདི་ཡང་ནམ་ཞིག་ལ་དར་བ་སྐྱ་ཞིག་གིས་གསར་བཏོད་བྱས་པ་ད་ལྟ་བཤད་དགའ་བ་ཞིག་རེད། བདག་གིས་ད་རབས་བཅར་

འདྲི་བྱས་པ་དག་གིས་ཁ་གསལ་དོན་གསལ་ཞིག་བཤད་དཀའ་མོ་རེད་ཅེས་བརྗོད་པ་དང་། འགའ་རེས་
ཀྱང་དག་རྒྱན་ལས་བཤད་པ་ཡིན་པས་དེ་ནི་ཆེས་སྒྲིག་ཏུ་ཀྱུར་པའི་གནད་དོན་ཞིག་རེད་ཟེར། ཆ་ཆང་བ་
དང་ཡིད་ཆེས་པ་ཞིག་ཡོང་དགོས་པ་ནི་ངོ་མ་ཁག་པོ་ཞིག་ཀྱང་རེད། བདག་གིས་དེ་ལ་ཁ་སྐོང་བྱེད་འདོད་
ཀྱི་འདུན་པ་ཞིག་སྟེ་ཉེ་དཔེ་ཆ་ཆེད་ཚུམ་འདི་བྲིས་པ་ཡིན། ཡིན་ན་ཡང་། ང་ཆོས་དེའི་འབྲུང་རྒྱུ་
དང་གནད་དོན་འདི་སྒོ་ཡིས་དབྱེད་ཀྱང་ཆོག་པར་སྐུལ།

གཉིས་པ། བྱ་སྒྲོན་གྱི་འགོ་ལྷགས།

བྱ་སྒྲོན་བྱེད་པའི་ཆད་ནི་མི་གང་ཞིག་ལོ་བརྒྱད་རྒྱུ་ལོན་དགོས་པའི་སྐུ་རིམ་ཞིག་སྟེ། འདི་ནི་རང་
རེའི་ཡལ་མེས་གོང་མ་དག་གིས་རིང་ནས་ཡོད་མོད། མི་རིགས་གང་ཞིག་ལ་མཚོན་ན་རང་རང་གི་ཐུན་
མོང་མ་ཡིན་པའི་ཁྱད་ཆོས་ཀྱི་ཡོད་མེད། དེས་ན་ཞུ་དཔར་གཞན་གསུམ་གྱིས་བརྗོད་པའི་ལྟ་བུ་བྱེད་པའི་སྒོ་
རྒྱན་བཟང་པོ་འདི་མི་རིགས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཞིག་ཡིན། བོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་དང་དག་རྒྱན་
གང་ལ་བརྟུན་ན་ཁྱད་ཆོས་འབྲུར་དུ་ཐོན་པ་ཞིག་རེད། དེ་དང་མཚོན་པའི་བོད་ཀྱི་གནའ་རབས་གདོད་
མའི་དུས་ནས་སྒོམ་འདི་ཡོད་ལ། མོ་བརྒྱ་བཞི་ལ་སོན་ན་བྱ་མོ་གཞན་གྱི་བག་མར་སྟེར། ལོ་བརྒྱད་བརྒྱུ་
སོན་པའི་མི་ལ་ཆོ་མཐར་སོན་པའི་སྒྲོན་མོ་བྱེད། དེང་རབས་ཀྱི་མི་དག་གིས་གདོད་མའི་ལྷགས་འདི་དར་
ཐོལ་བྱས་ན་འགྲིག་པར་སྐུལ། ང་ཆོ་བོད་ལ་བྱ་སྒྲོན་བྱེད་སྤངས་གནའ་ནས་ཡོད་པ་ཤེས་དགོས་ལ། བྱ་སྒྲོན་
བྱེད་དུས་འགོ་ལྷགས་ཆ་ཆང་ཞིག་གི་སྒོ་ནས་སྟེལ་བ་ཡིན། གཏམ་དཔེར། ཁ་མཚུ་རྒྱུང་རྒྱུང་ཞག་གསུམ་
དང་སྒྲོན་མོ་རྒྱུང་ཡང་ཉིན་གཅིག་ཅེས་བཤད་པ་སྟེར་ལགས། དང་ཐོག་ཉིན་འགའི་སྒྲོན་ལ་སྒྲ་གོན་དང་
གཞིག་ལྷགས་པོ་བྱས། ཐེར་ཁ་སྒྲིག་པ་དང་གོས་གསར་གྱོན་པ་སོགས་ཀྱང་བྱེད།

དེ་མིན་སྒྲོན་མོ་བྱེད་སྐབས་ཉིན་གང་པོར་ཆེད་མོག་མང་ཞིག་ཅེ་བར་མ་ཟད། ཆ་རྒྱུན་འཛུམས་
པའི་ཁྱིམ་ཆང་ཞིག་ཡིན་ན་འཕྲུལ་རྟ་ལྷགས་འགན་བྱེད་པ་དང་རྟ་རྒྱུག་འགན་བསྐྱར་ཡང་བྱེད་མཁན་ཡོད།
གཙོ་བོ་མི་སྲུ་ཡིས་ཆེད་དུ་བྱེད་པ་ཡིན་ན་དེ་ལ་མཛེས་སྒྲིམ་བྱ་དགོས། ད་དུང་མི་དེའི་ལ་བ་དཀར་པོ་གྱོན་
པའི་སྒོམ་ཡང་ཡོད་ལ། ཟ་མ་ལ་དམར་ཟས་སྤངས་ཉེ་དཀར་ཟས་སྤྱོད་པས་ལམ་ལྷགས་ཤིག་ཡོད་པ་ཡིན།
དེ་ནས་སྤྱོད་དང་ཀྱུར་གྱི་སྒོ་ཁ་རེ་རེར་མི་རེ་བསྐྱད་ནས་མགོན་པོ་རྣམས་རེ་རེ་བཞིན་ཁམས་བདེ་བྱ་བ་དང་

ལྷན་དུ་བསྐྱུ་བར་བྱེད། ལོན་བརྒྱད་ཅུ་མོན་པའི་མི་དེ་ལ་འཚམས་འདྲི་བྱེད་པ་དང་། ལ་གཡལ་བཟ་ཤིས་
དང་སྒོན་ཚོག་སོགས་ཁྱས་ཏེ་ཆེ་རིང་ནད་མེད་ལོ་བརྒྱ་ཤོག་ཅེས་ལན་བརྒྱར་ཁྱུ་ཤོ།

གསུམ་པ། གུ་སྒོན་གྱི་དགེ་སྒྲོན་དང་དེའི་ཤུགས་སྒྲུན།

ལོ་འདི་དག་རིང་ལ་མགོ་ལོག་ཕྱོགས་ལ་གུ་སྒོན་འགའ་རེ་བྱུང་ཞིང་། ལོ་བརྒྱད་ཅུའི་སྒོན་མོ་དེ་ལ་
ཁྱིམ་མི་དང་གཉེན་ཉེ་དག་གིས་དགའ་བསྐྱུ་བྱེད་པ་དང་། ལ་ལས་དེ་འདྲ་ངོས་འཛིན་ཡག་པོ་ཞིག་བྱུང་
མེད། རྒྱ་མཚན་ནི། ངོས་འཛིན་དེ་དག་ཀྱང་པལ་ཆེར་སྤྱི་ཚོགས་ལ་དར་ཁྱབ་སོང་མེད་པས་ཕྱོགས་སོ་སོའི་
ལྷ་སྒྲངས་མི་འདྲ་བས་རེད་སྟེ། གུ་སྒོན་གྱི་གནས་ཚུལ་འདི་དྲ་ལྷ་བོད་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་སུ་སྤང་གཞི་དྲག་པོ་
ཞིག་གཏན་ནས་མ་རེད། ས་ཆ་འགའ་རེ་མ་གཏོགས་གུ་སྒོན་འདི་བྱེད་ཀྱིན་མེད། ལ་ཡུལ་མགོ་ལོག་ཕྱོགས་
ཀྱི་ཐེ་བ་རེ་གཉིས་ཀྱིས་ལོ་བརྒྱད་ཅུའི་སྒོན་མོ་བྱེད་མོད། ཐེ་བ་འགའ་རེས་གུ་སྒོན་མི་བྱེད། འཕྲོ་བརྒྱག་
གཏོང་བྱེད་རེད་ཟེར་མཁན་ཡོད། དེ་དག་མཐར་གཏུགས་ན་གུ་སྒོན་འདིར་དགེ་མཚན་དང་སྒྲོན་ཆ་ཅི་
ཡོད་པ་དང་། དེས་སྤྱི་ཚོགས་ལ་སྤང་ཚུལ་ག་འདྲ་ཞིག་སྒོན་བྱུང་བ་དེ་རེད། བྱང་ངོས་གང་ཞིག་ཡིན་ན་
སྒོན་ཆའམ་དགེ་མཚན་མཐའ་གཅིག་དུ་འདི་ཡིན་ཞེས་བཤད་མི་བྱུང་སྟེ་གང་ལ་ཡང་དགེ་མཚན་ཡོད་ལ་
སྒོན་ཆ་ཡང་ཡོད་པས་གུ་སྒོན་ལ་མཚན་ནའང་དེ་བཞིན་རེད། ཕྱི་ཐེ་བའི་མིག་ལ་མི་མཛེས་པ་དང་དཔལ་
འབྱོར་འཕྲོ་བརྒྱག་རེད་སྟེ། མི་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་མྱོང་བ་རེད། དེའི་གཉེན་ཉེ་དང་ཕྱ་རྒྱས་བསམ་ན་
འདི་ལྷ་བའི་ལོ་བརྒྱད་ཅུར་ལོན་པ་ནི་ཆོ་དང་བསོད་ནམས་ཀྱིས་མཐུ་དང་རྒྱས་པས་གུ་སྒོན་བྱེད་པ་ནི་ལས་
དང་སྐལ་བ་ལྷན་པ་ཞིག་རེད་ཅེས་བཤད་ཆོག། ད་དུང་རིག་ཆ་ལ་སྤྱི་ཚོགས་དང་སྒྲན་ཅིག་བཟ་ཤིས་པའི་
སྒོན་ཚོག་སོགས་གང་མང་ཞིག་བརྗོད་དོ། །ང་ཚོ་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་ཤུགས་སྒྲུན་རན་པ་ཞིག་འབྱུང་ངེས་པ་ནི་
སྒོན་མོ་བྱེད་པ་དེ་ཏ་ཅང་མང་ན་དེུལ་གྱི་ཆེད་དུ་ཡིན་ཤིས་ཆེ་ལ། ད་ལྟའི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་འཆོ་བའི་སྤང་
ཚུལ་ཁ་ཁྱ་ཟང་ཟང་གི་ཁོར་ཡུག་ཅིག་ཡིན་པས་དོགས་ཚོན་བྱ་དགོས། འགའ་རེས་སྒོན་མོ་བྱས་པ་མང་
སོང་ན་ངོ་མ་ཡིན་པ་དང་མིན་པ་ནི་བདེན་ཆུན་གྱི་ཁྱད་པར་འབྱེད་དགའ་ལ། ང་ཚོ་ལ་དཔྱད་པའི་མིག་
དང་དཔག་པའི་སྒོ་ཡོད་དགོས་ལ། དེའི་ཕྱིར་ང་ཚོའི་ཡབ་མེས་ཀྱི་སྒྲུབ་རྒྱུན་འདི་མ་ཉམས་གོང་འཕེལ་

དང་ཉམས་པ་སྒྲར་གསོ་བྱེད་དགོས་པ་ནི་ང་ཚོས་འོས་འགན་ཞིག་རེད།

མཚུག་གི་གཏུམ།

མཚུག་མཐར་རེ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་ནི་བདག་གི་མ་འཁྱེངས་ས་དང་ཁོར་འཚུག་ཡོད་པ་དག་སྟོབ་དཔོན་
ནམས་དང་ཆེད་མཁས་པ་དག་གིས་སྟོབ་སྟོན་རེ་གནང་རོགས། སྤྱིར་བྱ་སྟོན་སྟོར་ནས་བཤད་དགོས་ན་
བདག་ལྟ་བུའི་སྟོ་མིག་ཏུ་ཅང་རྒྱང་བ་ཞིག་གིས་བཤད་ན་ངོ་ཚ་བའམ་འཆར་སྤང་སྟེས་དགོས་པ་ལས་
གཞན་ཅི་ཡང་མ་མཆིས།

མདོ་སྨད་དགྲིལ་འཁོར་ཡུལ་གྱི་གཉེན་བཤད་སྐོར་རགས་ཙམ་སྒྲེང་བ།

དགེ་འདུན་ཚེས་གྲགས། རིས་མདོ།

སྒྲེང་གཞི།

མདོ་སྨད་དགྲིལ་འཁོར་ཡུལ་གྱི་གཉེན་སྲོལ་དང་གཉེན་བཤད་ལ་སྤྱིའི་ཆ་ནས་མདོ་སྨད་གྱི་ཡུལ་ལྔ་
 ཀྱན་དང་མཐུན་ཞིང་། བྱང་གསེས་རེ་རེ་ནས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་རང་གི་ཡུལ་སྲོལ་གོམས་གཤིས་གྱི་
 བྱང་ཚེས་གང་མང་ཞིག་ཡོད་པས། 《མང་ཚོགས་སྒྱུ་རྩལ་》དང་《ཞོན་དུས་ཆའི་བོད་ཀྱི་ཡུལ་སྲོལ་རིག་
 གནས་》《ཨ་མདོའི་གོམས་སྲོལ་ཉུང་བསྡུས་》《བོད་ཀྱི་ཡུལ་སྲོལ་རིག་གནས་གཅེས་བསྡུས་》སོགས་
 སྤྱི་བཀོད་འདུག་ལ། འོན་ཀྱང་ཁོ་བོས་འདིར་བརྗོད་འདོད་པ་ནི་རང་ཡུལ་དགྲིལ་འཁོར་ས་ཆའི་ལྷ་རྒྱས་
 དང་གཉེན་སྦྲེན་སོགས་ལ་རྒྱས་མངའ་ཟབ་པའི་སྤྱོད་པ་གདུགས་དཀར་ལགས་གྱི་དག་རྒྱན་དུ་ཡོད་པའི་
 གཉེན་བཤད་དྲི་མ་མེད་པ་དེ་ཡིན་ཞིང་། རང་ཉིད་ལའང་ལས་དང་བསོད་ནམས་གྱི་དབང་གིས་ད་ལྟའི་
 བར་དུ་ཡིག་ཐོག་ཏུ་མ་ཐབ་པའི་གཉེན་བཤད་འདི་ཉིད་ཁོང་ཆང་ལ་བཅར་འདྲི་བྱེད་པའི་སྐལ་བ་དང་
 ཐུན་པས། རང་ནུས་ཅི་སྤྲོགས་ཀྱིས་གཉེན་བཤད་འདི་ཡིག་ཐོག་ཏུ་ཐབ་པ་ཡིན། ཁོ་བོས་འདིར་བཤད་བྱ་
 གཅོ་བོ་གཉེན་བཤད་ཡིན་པས་དེ་དང་འབྲེལ་བའི་གཉེན་སྲོལ་གྱི་སྐོར་ནས་ཀྱང་རགས་བསྡུས་ཤིག་བཤད་
 དགོས་པ་ནི་མེད་ཐབས་མེད་པའི་ཆ་རྒྱུན་དུ་བསམ་སྟེ་མདོ་ཙམ་བྲི་བ་ལ།

དང་པོ། གཉེན་སྲོལ་སྐོར།

རང་ཡུལ་དགྲིལ་འཁོར་གྱི་གཉེན་སྲོལ་སྐོར་ཚུགས་ཙམ་སྒྲེང་ན། ཐོག་མར་སྐྱེས་པོ་མོ་གཉིས་ཀྱིས་ཕན་
 ཚུན་ལ་འབྲེལ་བ་དང་མོས་མཐུན་བྱུང་བ་ལྟར་གཉེན་ལ་ཕན་ཚུན་བར་ལ་རྒྱས་ལོན་གསལ་བོ་ཞིག་བྱེད་
 དགོས་པ་དང་། དེ་ནས་ནན་པ་བསམ་ཤིས་ཤིག་བར་བ་ཅུ་མངགས་ཏེ། ཆང་དང་ཁ་བཏགས་བསྐྱང་ནས་
 ཨ་ཞང་ཆང་ལ་གཉེན་སྦྲེན་དུ་འགྲོ་དགོས། གལ་ཏེ་ཉེ་བོ་ཆང་གིས་བར་བས་ཁྱེད་འོང་བའི་ཆང་དེ་མ་
 འཐུང་ཆོ་བྱ་མ་རྒྱེར་རྒྱ་མེན་པའི་བད་དང་། དེ་ལས་ཐོག་ཉེ་བར་ཆང་འཐུང་ཆོ་འཐུང་པའི་ཆོག་ལྷུར་བར་

མངོན་འཕྱར་མི་བྱེད་དེ། ཉེན་འགའ་འདས་རྗེས་ཕྱིར་ཐོག་པ་འང་ཡོད་པས་འདིའི་སྐབས་སུ་ཆེ་ཕྱོགས་ནས་
བཤད་པ་ཡིན། དེའི་ཕྱིར་ཨ་ཁའ་ཆང་གིས་འཐད་པའི་ཆོག་བྱུང་ཆོག་ཉེན་ཆང་གཉིས་ཀྱིས་བཀྲ་ཤིས་
པའི་ཉེན་བཟང་སྐར་བཟང་ཞིག་བདམས་ཏེ་ཆོག་ཆང་དང་དེ་ནས་ཤོས་ཆང་འཕྱར་དགོས་ཏེ། ཨ་ཁའ་
དང་མག་པ། བར་བ་སོགས་ཀྱིས་ཤོས་བྱས་ཏེ་བཀྲ་ཤིས་པའི་ཉེན་བཟང་ཞིག་བདམས་ཏེ་སྒྲོན་མོར་གྱ་
སྒྲིག་བྱེད་པ་ཡིན། སྒྲོན་མོའི་སྒྲོན་གྱི་ཉེན་དང་པོ་ཐེ་བའི་ནང་གི་སྐྱེས་པོ་མོ་གཉིས་ཀྱིས་བྱ་ཉེན་སྒྲོན་མོའི་
ཆེད་དུ་ལས་ཀ་སྒྲུ་ཆོགས་ཀྱིས་བྲེལ་གྱིན་ཡོད། ཉེན་དེའི་དགོང་མོར་མག་གསར་གྱི་ན་ཅོག་འཐེན་དགོས།
འདི་ནི་གཉེན་སྒྲོན་མཇུག་སྒྲིའི་ཁྲོད་ནས་ཆེས་ཉམས་མཚར་བ་ཞིག་སྟེ། མ་སྤྱོད་ཆོ་མཚམས་མཚམས་སུ་མག་
པའི་སྤྱོད་དུ་རྒྱགས་ནས་ན་ཅོག་འཐེན་ཅིས་བྱེད་སྐབས་མག་རོགས་ཀྱིན་གྱིས་དེ་དག་འགོག་གང་ལུབ་བྱེད།
ཡང་མག་གསར་གྱི་ཕྱོགས་ནས་སྐད་དག་ཅན་ཞིག་གིས་སྤྲུལ་ནས་ལ། དེ་དང་བསྐྱུན་ནས་མ་སྤྱོད་ཆོ་ལ་སྐར་
མོ་སྤྱོད་བ་སོགས་བྱེད་སྒྲུ་ཆོགས་ཤིག་སྟེ་དོ་ཆེན་ལྷ་ལ། འདི་ལྟར་ན་ཅོག་ཐེངས་དག་དང་དུག་
སོགས་ལ་འཐེན་དགོས་ཟེར།

དེ་ནས་བྱ་ཉེན་སྒྲུ་རེངས་མ་ཤར་གྱི་སྒྲོན་ལ་བུ་མོ་གཉེན་ཆང་ལ་བསྐྱུལ། དེས་པར་དུ་ནམ་མ་ལངས་
གོང་དུ་བསྐྱུལ་དགོས། གཉེན་ཆང་ཕྱོགས་ནས་ཡང་ཐུ་མོ་ནས་ལམ་རྩ་འཛིན་བ་སོགས་ལ་གྱ་སྒྲིག་བྱེད་
དགོས། ལམ་རྩ་ལ་དབྱེན་ལམ་རྩ་དང་པོ་དང་། གཉིས་པ། གསུམ་པ་བཅས་ཡོད་ལ། སྒྲོན་མོ་ཅུང་རྒྱ་ཆེན་
པོ་མེན་ན་ལམ་རྩ་སོགས་མི་འཛིན་ཞེས་བཤད་སྟེ་ཡང་ཡོད་དོ།

དེ་ནས་ཁོ་བོས་སྐྱོང་བྱ་གཙོ་བོ་གཉེན་བཤད་ཡིན་པས་གཉེན་སྟེལ་གྱི་སྐར་ནས་འདི་ཅམ་གྱིས་འཕྱས་པར་
བྱའོ། རྒྱས་པར་མཁྱེན་འདོད་ན། 《བོད་ཀྱི་ཡུལ་སྟོན་རིག་གནས་གཙུག་པ་ལྟུང་》 སོགས་སུ་གཟིགས་པས་
འཕྱས།

གཉིས་པ། གཉེན་བཤད་དངོས།

ལ། ད་དེ་རིང་སོ་ནམ་ལངས་གྱི་དང་པོ། ཉེ་ཤར་གྱི་ཆེ་མོ། ཉེན་འཐེལ་གྱི་མགོ་མ་འདི་ལ། ད་གནམ་
ལ་བརྟམ་ན་སྐར་མ་བཟང་གི། ཁ་ལ་བརྟམ་ན་སྐར་ཆེས་ཡག་གི། ཁར་ན་གཟའ་སྐར་གྱི་འཕྲོད་སྦྱར་ཡག་
གི། བཀྲ་ཤིས་པའི་ཉེ་མ། ལུལ་སུམ་ཆོགས་པའི་སྐར་མ། ཁདེ་ལེགས་འཕྱུང་བའི་དུས་ཆོད། རྩོམ་འཛམ་བུ་
སྒྲིང་གི་བྱང་ཕྱོགས། ཁོད་ཁ་བ་ཅན་གྱི་རྒྱལ་ཁམས། སྤྱང་མདོ་ཁམས་ཡུལ་གྱི་རྫོངས། ཁི་ཅེ་བརྒྱུད་གཉན་

ཐུབ་པ་སྐྱུ་ཐུང་ན་ལས་འདས་ནས་ལོ་སྤྱིང་དང་ལྔ་བརྒྱ་ཉལ་མ་བརྒྱ་བ་ས་མོ་སྤང་གི་ལོ། ། སྤྱིང་པའི་གདུང་རབས་བརྒྱ་གསུམ། ། རྒྱལ་རབས་བྱི་མ་བདུན་ལ་སོགས་པས། ། རྩོད་གངས་ཅན་གྱི་གཞི་ཆགས་རྩལ། ། དཔོན་ཨ་ཐོན་མི་འཕྱུར་གྱི་ག་བ། ། ས་དོག་མོ་མི་འཕྱུར་གྱི་ལོང་སྟོན། ། རི་རབ་ཅེ་ཡི་ཁྱུང་ཆེན། ། རྒྱ་མཚོའི་ནང་གི་ནོར་བུ། ། རྩོད་རྒྱ་གཉིས་ཀར་དྲེན་ཁྱུང་པར་ཅན་ཞིག་ཡོད་ནོད་འདི་མོ་ཞིག་རེད་ཟེར་རྒྱ། ། ཡ། དེ་ན་ཡང་། གཤོག་ཐོགས་ཀྱི་རྒྱལ་བོ་བྱ་རྒྱལ་ཁྱུང་དཀར་གོ། ། མཐོ་ནམ་མཐའ་རིང་བོ་ཡུན་གྱིས་བཅད་ན། ། འཕུར་འབབ་གཞིལ་གསུམ་བྱ་རྒྱལ་ཁྱུང་ལ་ཡོད་ནོ། ། རྩོག་ཐོགས་ཀྱི་རྒྱལ་བོ་འདྲོ་རིག་གི་རྟ། ། བྱིའི་ས་ལམ་རིང་མོ་ཡུན་གྱིས་བཅད་ན། ། འདིར་རྩལ་ལག་སྐྱོར་གསུམ་འདྲོ་རིག་རྟ་ཡོད་ནོ། ། གཅན་གཟན་གྱི་རྒྱལ་བོ་མིའི་སེང་གོ། ། མི་གཅིག་གིས་བཤད་ན་ཀུན་ལ་ཉན་སྟན་གི། ། ད་སྟན་པ་ཆོག་གསུམ་མགོ་ནག་མི་ལ་ཡོད་ཟེར་རྒྱ། ། (གཉེན་བཤད་འདི་བཤད་པ་བོའི་བཤད་པ་བཞིན་བྲིས་ཡོད་པས་ཆོགས་སྦྱར་དང་དག་ཆ་མཛོན་གསལ་ཅན་འགའ་ལས་བཅོས་མེད།)

མཁུག་གི་གདམས་

འདི་ལྟར་གཉེན་བཤད་སྐྱོར་ཅུང་ཙམ་སྤང་བ་ནི་དམིགས་བྱ་མ་འོངས་པ་ལ་རང་གི་ཡུལ་ཕྱོགས་འདི་ལ་ཕན་པ་བྱུར་ཙམ་རེ་ཐོགས་པར་རེ་བས་བྲིས་པ་ཡིན་ལ། གཉེན་བཤད་འདིའི་རིང་ཁྱུང་ལ་སྐྱར་མ་བརྒྱད་ཙམ་མ་གཏོགས་མེད་དེ། ཐམས་ཅད་གཙོ་ཆེ་བ་ཉལ་ཅིག་ཡིན། འོན་ཀྱང་མགོ་ནས་མཁུག་པར་བྲིས་མེད། རྒྱ་མཚན་གཉེན་སྟོན་གྱི་དངོས་གཞི་སྐྱོར་ནས་གཉེན་བཤད་ཆང་མ་ཕལ་ཆེར་དོན་གཅིག་ཡིན་དེ། གཉེན་བཤད་མ་ཐན་དག་གིས་རང་རང་གི་བསམ་པ་དང་བསྟན་ནས་བཤད་ནའང་ཆོག ཁོ་བོས་གཉེན་བཤད་འདི་ཡིག་ཐོག་ཏུ་ཕབ་པའི་སྐབས་སུ་ཁ་སྐད་ཀྱི་སྐོ་ནས་བྲིས་ནའང་། འོན་དེ་ཕྱད་ཀྱི་ཐོབ་ཐང་སོགས་བདེ་སྤྱིད་ཀྱི་གཞུང་ལྟར་བཅོས་དེ་བྲིས་ཡོད།

བཅར་འདྲི་བྱེད་ལ། ཐོ་བོ་གདུགས་དཀར།

བཅར་འདྲིའི་ས་གནས། ཁོང་གི་བྱིས།

བཅར་འདྲིའི་དུས་ཚོད། 2015.7.1

མདོ་ལ་ཨ་རིག་གི་གཉེན་སྦྲེལ་སྐོར་རགས་ཙམ་བརྟེན་པ།

ཨ་རིག་དཔལ་བོ་དྲེ་མཆོ་བྱང་།

[ནང་དོན་གནད་བསྟུན།] ཆེད་ཚུམ་འདྲིའི་ནང་དུ་མདོ་ལ་ཨ་རིག་གི་བྱུང་འཕེལ་སྐོར་བཤད་པ་དང་དེ་དང་
འབྲེལ་བའི་ཆོ་བ་འདྲིའི་གཉེན་སྦྲེལ་སྐོར་རགས་ཙམ་བརྟེན་པ།

དང་གོ་ཨ་རིག་ཅེས་པའི་མིང་ཐོག་ཚུལ།

དེ་ཡང་པོད་ཁ་བའི་རྒྱུང་ལ་འདྲིའི་ཆོལ་ཁ་གསུམ་དུ་གྲུབ་པའི་མདོ་སྐད་རྟེན་ཆོལ་ཁའི་ཡུལ་ལ་ཨ་རིག་
ཅེས་པའི་ཆོ་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། ཨ་རིག་གི་དག་རྒྱུན་ལྟར་ན། ཡི་གེ་ཀུན་གྱི་མཆོག་གྲུར་ཨ།
བསོད་ནམས་ཐུན་པའི་བྱ་ཡིས་རིག། ལྷ་བ་དྲོ་རྩེ་དགའ་བ་ལ། ཉེ་ཡི་མིང་ལ་ཨ་རིག་འདྲགས། ཞེས་དང་།
《མདོ་སྐད་ཆོས་འབྱུང་》 ལས། “འབྲོང་བ་དྲོ་རྩེའི་བྱ་ཨ་རིག་དང་དང་མ་དབང་གྲགས། ལྷ་མ་མཁོན་
རྒྱུན་གསུམ་གྱི་ཐ་མ་མ་ཆེན་གངས་སྐོར་ལ་འགོ་སྐབས་ཨ་ཡིག་རིག་པས་མི་རྒྱུད་ལ་མིང་དེ་ལྟར་གྲགས།”
ཞེས་དང་། དག་རྒྱུན་དུ་འང་རྩོད་དུས་སུ་ཅུས་ལྷ་ཅན་གྱི་འབྲོང་བ་དྲོ་རྩེ་ཟེར་བའི་དུད་ཁྱིམ་ཞིག་མ་ཆེན་
གངས་འདབས་སུ་ལྷགས་ཏེ་འབྲོང་རྩྭ་ཉི་མ་དགུ་ཤར་ཟེར་བའི་ས་དེ་དགེ་བརྩུ་འཛུམས་པའི་གནས་སུ་
གཟིགས་ནས་གཞི་བཟུང་ཞིང་། འབྲོང་བ་དྲོ་རྩེ་ལོ་རེ་བཞིན་གངས་སྐོར་ལ་སོང་བ་དང་ཁོང་གཟའ་མི་
གཉིས་ནས་རྒྱུན་པར་མི་རྒྱུད་དར་ཞིང་སྒོ་ཕྱགས་འཕེལ་བའི་རྩོན་འདུན་ཁུས་པས། མི་རིང་བར་བྱ་ཞིག་
སྐྱེས་ནས་བདུན་ཕྲག་ཁ་ཤས་འགོར་རྩིས་གངས་སྐོར་ལ་སོང་བར། བྱིས་པས་མ་ཆེན་གངས་རིའི་ངོས་སུ་
ཨ་ཡིག་རང་བྱུང་ངོ་མཆར་བ་ཞིག་མཐོར་ཏེ་མཚུབ་མོ་ཀེར་ཏེ་པ་མ་གཉིས་ལ་བསྟན་པས། འབྲོང་བ་དྲོ་
རྩེ་ཡིས་དེ་ཉིད་རྟེན་འབྲེལ་དུ་རྟོགས་ཏེ་མ་ཆེན་སྦྱོམ་རར་བསང་ལུད། བྱའི་མིང་ལ་ཨ་རིག་ཞེས་མཆོན་
གསོལ། ཨ་རིག་ནར་སོན་ཏེ་ཐེ་བ་ལེགས་པར་བསྐྱངས་པས་ཁོང་གི་རྒྱུད་པ་ལ་ཨ་རིག་ཅེས་ཐོགས་ཟེར།

གཉིས་པ། གཉེན་སྦྲེལ་ཚུལ།

ཁྱིམ་ན་གཞོན་པོ་མའི་བསྟེ་དུང་ནི་རང་དབང་རང་འཐད་ཡིན་ཞིང་མོས་མཐུན་ལྟར་འབྲེལ་འདྲིས་

བྱ་ཚུགས་པར་མ་ཟད། ར་གཞན་མང་པོ་ཞིག་གིས་རང་འདོད་ལྟར་དུ་ཆོ་གཅིག་གི་སྒྱུ་ལ་འདེམས་ཀྱིན་ཡོད།
དེ་བཞིན་དུ་པ་མ་སོགས་ཀྱིས་བཀོད་སྒྲིག་བྱེད་པ་དང་། ལ་འེས་སྤར་ཁ་བཅི་བ། མི་གཞན་པས་མཚམས་
སྦྱར་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱང་ཡོད། ཡུལ་སྟོན་ལྟར་ན། གཉེན་ཚང་གིས་བར་བ་ཞེས་སྟོང་འགྲོ་ཞིང་སྒྲ་བརྗོད་ལ་
མཁས་པ། ཡན་ཚུན་བར་གྱི་གཉེན་དོན་བཤད་པའི་ལོ་ཉ་ཞིག་ཨ་ཁང་ཚང་ལ་གཉེན་སྦྱོར་བར་མངགས་
ནས་གཉེན་དོན་སྒྲུབ། མི་དེ་ཡང་ནམ་ལངས་ཀྱི་དང་པོ། ཉེ་ཤར་གྱི་ཆེ་མོ། ཉེན་འབྲེལ་གྱི་ཐོག་མ་སྟེ་ལྷ་མོ་
ཞིག་ནས་ཨ་ཁང་ཚང་དུ་འཛོན་དགོས། དེ་ནས་རྒྱ་དང་མགོན་ཟས་རྣམས་འཛོམས་ཆོད་གཞོད་སྦྱོང་ལས་
དར་གོས་དང་ཆང་འཕངས་ཁ་བཏགས་སོགས་ལེགས་སྒྲུབ་སྒྲངས་ནས་བག་མ་སྦྱོར་བའི་རྒྱ་མཚན་སྦྱོང་
བ་དང་། པ་མའམ་ཉེ་འབྲེལ་གཙོ་ཆེན་དག་ལ་སྟེར་དགོས། དེ་དག་གིས་སྒྲངས་ཆོད་གཉེན་དོན་ཁས་སྒྲངས་
པའི་རྟགས་མཚན་ཡིན།

གསུམ་པ། ཐོས་མོ་^① འཁྲིད་སྤངས།

དེ་ཡང་ཨ་ཁང་ཚང་དང་གཉེན་ཚང་བར་སྟོབས་འབྱོར་དང་། རིགས་ཀྱས་མི་འདྲ་སོགས་ཀྱིན་སྒྲ་
ཚོགས་ཀྱི་དབང་གིས་བག་མ་བསྒྲངས་ཀྱང་མི་སྟེར་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་ལ་འཕྲད་ཆོ་བ་དང་བུ་མོ་ཡན་ཚུན་བར་
རང་འཐད་ཀྱིས་ནང་གོས་བྱས་ཏེ་ཐོས་མོ་འཁྲིད་པའི་སྟོན་ཡོད། ཐོས་མོ་འཁྲིད་པའི་དུས་ཚོད་ནི་མཚན་
མའི་རྒྱ་ཚོད་བཅུ་གཉིས་ནས་གསུམ་གྱི་བར་ཡིན། རོར་མར་བག་མས་རང་གི་མལ་སའི་སྤྱོད་ལ་ལྷ་བརྟེན་
བ་རྣམས་བཞག་ནས་ད་དུང་སྤྱི་སྟོང་ཆོན་ལ་ཐོས་མོ་སོང་བའི་མཚན་རྟགས་ལྟ་ཁ་བཏགས་ཤིག་གདགས་
དགོས། དེ་བཞིན་དུ་ཐོས་མོ་ཁྲིད་པའི་ཉིན་དེའི་ནམ་ལངས་ཀྱིས་དང་པོ་འམ་སྒྲ་མོ་ཞིག་ནས་ཨ་ཁང་ཚང་
གི་བར་བའི་གནང་ལྷའམ་སྟོང་ཕྱག་ཁྲུང་ནས་ཐོན་དགོས་པ་དང་ཐོས་མོ་འཁྲིད་པའི་དོན་རྣམས་གསལ་བྱེད་
དང་ཐག་གཅོད་ལེགས་པོ་བྱ་དགོས།

གསུམ་པ། མག་སྟོན་གྱི་རིམ་པ།

དང་པོ་ཨ་ཁང་ཚང་གིས་མག་འབོད་དང་དགའ་སྟོན་བྱེད། སྟོན་མའི་ཆེ་ཆུང་ལ་བསྟུན་ནས་མག་
སྒྲེལ་དང་བག་སྒྲེལ་མི་གངས་གཏན་འཁེལ་བྱེད་པ་རེད། མག་སྒྲེལ་ལ་པལ་ཆེར་མི་མང་པོ་མི་ཡོད། ཐོན་

① ཐོས་མོ་ནི། ཨ་མ་དེའི་ཡུལ་སྐད། པ་མ་འཐད་པ་མ་བྱུང་ཆོ། བཟའ་ཟླ་གཉིས་ཀྱིས་ནང་གོས་བྱས་ཏེ་ཡུལ་གཞན་ལ་
སོང་བའི་དོན།

པའི་སྐྱེལ་མི་དེ་དག་གིས་ཀྱང་རང་རང་གི་གོས་རྒྱན་སྟགས་པའིངས་ནས་རྟ་ལ་ཞོན་ཏེ་མག་པ་དང་སྒྲན་
ཅིག་ཏུ་ཡོང་། ཨ་ཁང་ཆང་གི་བསུ་མི་རྣམས་ཀྱང་དེ་བཞིན་རྟ་ལ་ཞོན་ཏེ་ས་འོས་འཚོམ་ཞིག་ཏུ་སྐྱག་ཡོད།
མགོན་པོ་རྣམས་ཏེ་སར་སླེབས་ཆེ་བསུ་མི་རྣམས་ཀྱིས་མདུན་བསུས་ནས་འཚོམ་འདྲི་བྱེད། ཆང་དང་བྱེ་
མར་བྱེ་མཆོད་ཁ་འཕེན། དུལ་ལྷ་གཞི་བདག་རྣམ་ལ་ངོ་སོ་བརྟེན། ཐག་དོག་བྱེད་མི་ཅུང་བའི་གནང་པ་
བླ། གཡས་སྐོར་བྱས་ཏེ་རྟ་སྐྱག་པ་དང་དགའ་བསུ་བྱེད། དེ་ཡང་ཐང་གསུམ་པའི་མཐའ་མཇུག་ཆང་
མཆོད་བྱེར་བའི་མི་དེ་བདའ་ནས་མཆོད་ཆང་ལེན་སྐབ་མིན་ལ་རྟའི་བང་ཅལ་འབྲན་པ་དང་། ཀྱའི་ཅེད་
མའི་འབྲན་བསྐྱར་བྱེད་པ་ལ་རྒྱལ་བཞག་ནས་མཆོང་འབྲུ་བ་དང་ཅོད་སྒྲེང་སྟགས་ཙེ་བ་ནས་བྱེད་མི་ཆོག་
པ་ལུགས་སོལ་ཡིན། དེ་རྒྱར་གཉེན་ཆང་གི་མཆོད་ཁ་བ་སྟོན་ཏུ་འགྲོ། ཐོན་པ་དང་རང་གི་རྟ་སྐྱར་ཏུ་
བརྟགས་ནས་བྱིར་ཨ་ཁང་ཆང་གིས་མདུན་བསུས་ནས་འཚོམས་འདྲི་བྱེད་པ་དང་རྟ་ལེན་བཅས་སྒྲེ་ལེན་
བྱེད། མག་པའི་རྟ་གཞོན་ཏུ་ལོ་མཐུན་ཞིག་གིས་ལེན་དགོས།

བཞི་བ། བཤ་སྟོན་གྱི་རིམ་པ།

བྱེ་ཉིན་ཨ་ཁང་ཆང་གས་བྱ་མོ་སྐྱེལ་པའི་རེས་ལ་བཀའ་བསམ། མག་སྟོན་དང་བག་སྟོན་དངོས་གཞི་
 གཞིག་མཚུངས་ཡིན་ཡང་མི་འདྲ་ས་ཅུང་ཡོད། དང་པོ་བག་སྐྱེལ་ནུམས་གྲལ་ལ་འཛིམས་ནས་ཐ་ཆང་
 ཟས་རིགས་སྣ་ཚོགས་རོལ་བཞིན་དུ་སྐྱེ་ལེན་གར་ཅིད་སོགས་བྱས། མཐར་བཀྱ་ཤིས་གསུམ་མཐ་གང་ཅུང་
 བཞག་རྩེས་ལས་དུ་ཆས་བར་རྩོམ། བག་མའི་ཨ་མས་དཀར་ཡོལ་ཆོ་རིང་ལོ་བརྒྱའི་ཁར་འབྲི་མར་གྱིས་
 བརྒྱན་ཏེ་ནང་དུ་འོ་མ་སྐྱགས་ནས་བྱ་མོར་ཅུང་ཅིམ་འཐུང་དུ་འཇུག སྟོན་མོ་མཇུག་མ་རྩོགས་པར་ཟ་མ་
 ཉུང་ཅིམ་ལས་མང་དུ་ཚོས་ན་དོ་ཆ་ཆེ་བ་ཞིག་ལ་བརྩི། དེ་ནི་བྱ་མོའི་ག་ཅད་དངས་པའི་ཆེད་ཡིན་སོགས་
 བཤད་ཚུལ་མང་། དེ་ནས་ཐེང་བསྐྱིགས་ཏེ་སྐྱེལ་གཤམ་སྐྱོར་གསུམ་རྒྱག་ཅིང་ཁང་པོས་བག་མའི་རྟ་ཁ་
 བྲིད་དེ་འགྲོ། མག་མ་སྐྱེའི་སྐོ་ཆོན་གྱི་འགྲམ་དུ་ཐོན་དུས་སྐྱོ་པ་བ་པའི་འགྲམ་ནས་རང་གི་མ་དང་ཡང་
 བ་ཨ་ལེ། ཨ་ཅེ་གང་ཅུང་ཞིག་གིས་འོ་མ་མཆོད་གྱིན་སྐྱོན་དང་བཅས་བྱ་མོའི་མིང་ནས་འབོད། སྐྱེལ་
 མི་རྣམས་གྱིས་“ཨོ”ཞེས་ལ་ལན་བྱིན་ཆོ། “སྦྱིད་དང་སྦྱིད་དགའ་རང་གིས་ཁྱེད། གཡང་དང་གཡང་རྟེན་
 ཨ་མར་ཞོག”ཅེས་ལན་གསུམ་པོའི་རྩེས་ཐམས་ཅད་གཉེན་ཆང་གི་ཚུགས་སུ་ལམ་ལ་ཆས། སོལ་རྒྱན་དེ་ནི་
 བྱ་རབས་བ་རྣམས་གྱིས་བཤད་ཚུལ་ལྟར་ན་སྐྱེལ་སྐྱོར་བ་ལན་གསུམ་བརྒྱབ་པ་ན་བྱ་མོ་རང་གི་ས་མ་དང་

བརྟེ་བ་ཅན་གྱི་ཉེ་འབྲེལ་ལ་ཁ་མི་འབྲལ་ཞིང་། རོ་ཡང་ཡང་འཕྲད་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན་ནོ།

མཚུགས་གི་གཏམ།

ང་ཚོའི་རང་བྱུང་ཁམས་འདུལ་སྤྱོད་བྱེད་པའི་ངལ་རྩལ་ཁྲོད་དུ་མི་རིགས་རེ་རེ་ལ་ཡུལ་སྟོལ་གོམས་གཤིས་ཆགས་ཡོད་ཅིང་། ཡུལ་སྟོལ་དེ་ཡང་སྤྱི་ཚོགས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་འཕོ་འགྱུར་དང་བསྐྱེད་ནས་འབྱས་རེ་ཆང་དང་གལ་རེ་དག་ཏུ་སོང་ཡོད་མོད། འོན་ཀྱང་། སྟོལ་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཅུང་མི་ལེགས་པའི་ཆ་ནི་དུས་དང་བསྐྱེད་ནས་ངང་ངམ་ཤུགས་ཀྱིས་འགྱུར་བཞིན་ཡོད། ད་ལྟའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་དུ་ཡང་ངེས་པར་དུ་སྤྱིགས་དོར་བཅུད་ལེན་བྱ་དགོས་མོད། གང་བཟང་དང་གང་ངན་མི་རེ་རེའི་ལྷ་རྩལ་ཡང་མི་གཅིག་པས། ངེས་པར་དུ་སྤྱིའི་རིན་ཐང་གི་ཆ་ནས་གནའ་བཟང་དེང་སྤྱོད་བྱ་རྒྱ་ནི་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེན་ནོ། རང་ཉིད་ལ་མཚན་ན་འདིའི་ཚུགས་ཀྱི་ཉམས་སྤྱོད་མེད་པ་དང་། རྒྱ་ཚད་ཞན་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཆེད་རྩོམ་འདིའི་ནང་དུ་འང་ད་དུང་ཆ་མ་ཆང་བ་དང་ཡུལ་སྐད་དུ་སོང་བ་ཅུང་མང་བས་ཀྱེན་ལ་དགོངས་དག་ཞུ།

མོ་སར་ཆོས་གཅིག་དང་ཡང་ན་ཆོས་གསུམ་དང་ཆོས་ལྔ་གང་རུང་ལ་ནེུ་སྟོན་བྱེད་སྐབས་སྟོན་མོ་ལ་འགྲོ་
མཐན་གྱིས་སྟོན་ཐེབས་ལ་ཁ་བཏགས་ཤིག་དང་སྟོར་མོ་སོགས་སྟེར་མཐན་མང་མོད། རེ་འགས་སྟོན་ཐེབས་
ལ་བལ་བྱེར་གོས་དང་སྐར་འགས་སོགས་སྟེར། ཉ་ནོར་ལྷག་གསུམ་སོགས་སྟེར་མཐན་ཡང་མང་བོ་ཡོད། ཟེར་
ཁ་ལ་ཤ་མར་བྱུང་གསུམ་དང་ཇ་ཆང་སྟོམ་རྩ་སོགས་གྲུ་མོ་ལ་ཕུན་སུམ་ཚུགས་པ་ཞིག་འཛོག་པ་རེད།
འོན་ཀྱང་རྩ་རྒྱུན་གང་རུང་ཞིག་གིས་ནེུ་སྟོན་རྩ་རྒྱུ་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱེད་པའི་གོ་སྐབས་མ་བྱུང་ཆེ་མོ་ཆེས་སོགས་
བྱས་ཏེ་རང་གི་བསམ་པ་ཉར་ནེུ་སྟོན་ལེན་པ་ཡིན། འདི་ནི་བོད་ཀྱི་ཉམས་དམས་སུ་འགྲོ་བཞིན་པའི་དམངས་
སྤུངས་ཞིག་རེད།

གསུམ་པ། བྱིས་པ་ལོ་མའི་བྱུང་པར།

སྟོན་ཆད་བོད་ཀྱི་དམངས་སྤུངས་ཀྱི་ནེུ་སྟོན་བྱེད་སྐབས་ཐང་པོ་མོ་ལ་བྱུང་པར་རེ་འགའ་ཡོད། རྩལ་
རབས་སུམ་རྩ་ལོ་བདུན་པ་ཁྲི་སྔོང་ཐེ་བཅན་གྱི་སྐབས་ནས་བཟུང་། རྩ་ལོ་གསུམ་ལོན་སྐབས་ནེུ་སྟོན་བཞུར་
ནས་རལ་བ་ཞིག་འཛོག་པ་དང་། རྩ་མོ་ལོ་གསུམ་ལ་བྱུང་པ་ན་སྟོན་བཞུར་བ་ལས་རལ་བ་འཛོག་ཚུལ་མེད་
མོད། འགྲོན་བྱ་ཞིག་བྱིས་པ་དེའི་སྟོན་པའི་རྩལ་རྩ་འདྲེགས་སྤུངས་ལ་བྱ་བུ་མོ་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར་མེད་མོད།
འོན་ཀྱང་ད་ལྟའི་དུས་སུ་བྱིས་པ་བྱ་ཞིག་གི་སྟོན་བཞུར་ན་ལ་ལས་སྟོན་བཞུར་ནས་ཤལ་དུ་རལ་བ་མི་འཛོག་
ལ། ལ་ལས་ཐོང་སྟོན་ཚོས་བྱ་ཞིག་འཛོག་ གལ་ཏེ་བྱ་མོ་ཞིག་ཡིན་ན་སྟོན་སྟེ་ནས་བྱུང་ཅོས་བཞུར་བ་ལས་སྟོན་
ཆང་མ་མི་བཞུར་མཐན་ཡང་མང་བ་རེད།

བཞི་པ། སྐྱ་གཞར་མཐན་གྱི་བྱུང་པར།

སྟོན་ཆད་རྩལ་རབས་སུམ་བརྒྱ་ལོ་བདུན་པ་ཁྲི་སྔོང་ཐེ་བཅན་གྱི་སྐབས་ལ་སྐྱ་གཞར་དང་སྐྱ་མོ་གཉིས་ལོ་
གསུམ་ལ་བྱུང་ནས་སྟོན་བཞུར་ན་སྟོན་ཆེན་གྱིས་སྟོན་བཞུར་སྤུངས་ཡོད་ཅེས་དག་རྒྱུན་དུ་གསུངས་ལ་ད་ལྟའི་དུས་
སུ་ཨ་ཁང་གིས་བཞུར་བ་ཡིན། ཨ་ཁང་དང་ཨ་ཁུ་གཉིས་གང་ཡང་མེད་ཆེ་ལོ་ན་ཆད་པའི་མི་ཞིག་གིས་
བཞུར་བ་རེད་ལ། གལ་ཏེ་ཨ་ཁང་དང་ཨ་ཁུ་གཉིས་ཀ་ཡོད་ཆེ་ནེུ་སྟོན་ཨ་ཁང་གིས་བཞུར་བ་ཡིན།

ལྔ་པ། མཚུག་གཏམ།

བོད་ཀྱི་ནེུ་སྟོན་འདིས་མཚོན་པའི་སྤུངས་རྩལ་གྱི་གོ་མས་སྤུངས་མང་པོ་ཞིག་ཉམས་དམས་སུ་འགྲོ་དང་
འགྲོ་བཞིན་པ་དག་ཉམས་པ་སོར་རྒྱུད་དང་མ་ཉམས་གོང་འཕེལ་གཏོང་རྒྱ་ནི་ང་ཚོའི་མི་རབས་འདིའི་ཕྱག་

སྒྲིབ་དུ་བབས་པའི་འོས་འགན་ཉག་ཅིག་ཡིན་པས་མ་སྒྲུལ་དང་སྒྲངས་ཀྱིས་འདིས་མཚོན་པའི་ཡུལ་སྒོལ་
 མང་བོ་ཞིག་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་སྒྲོབ་གསོ་བ་དང་། དགེ་རྒན་དང་སྒྲོབ་མ་སོགས་དམངས་སྒོལ་ལས་
 རིགས་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་པའི་མེ་སྒྲ་ཡོངས་ཀྱིས་བོད་ཀྱི་དམངས་སྒོལ་སྒྲོར་ལ་བརྟག་དབྱེད་དང་ཞིབ་འཇུག་
 བྱས་ཏེ་མ་འདང་སར་ཁ་གསལ་བྱ་རྒྱུ་དང་། ལེགས་ཆ་གང་ཡོད་བྱུང་བསྐྱགས་བྱས་ཏེ་སྒྲར་ལས་གོང་
 འཕེལ་དུ་གཏོང་རྒྱའི་ཕྱོགས་ལ་བསམ་སྒོ་བཏང་སྟེ་རང་རང་ཚོད་ཀྱིས་རྒྱས་པ་རེ་འདོན་རྒྱུར་སྒྲིབ་ནས་རེ་
 སྒྲུལ་ལྟོ།།

བཅར་འདྲི་བྱེད་མཁན། རོན་གྲུབ། ཞབས་ཀྱི།

བཅར་འདྲི་བྱེད་མཁན། པར་དབང་ཆེན།

བཅར་འདྲི་དུས་ཚོད། 2015.5.25

ལྷ་རྒྱལ་རྒྱལ་ལྷ་རྒྱལ་མེད་པ་དག་གིས་ཤེས་པར་བྱའོ།

གཉེན་སྒྲིབ་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་དང་།

དེ་ཡང་བརྒྱུད་བྱའི་དོན་དངོས་ལ་བབས་ན་རྒྱལ་རྒྱལ་དུ་བོད་ཀྱི་གནའ་སྐུལ་གོམས་གཤིས་གཞན་ལས་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་མང་བོ་ཡོད་པ་ལས་གཉེན་སྒྲིབ་ཀྱི་བྱུང་ཆོས་ལྟག་ཏུ་ཟེལ། ཐོག་མར་གཉེན་སྒྲིབ་བྱེད་མཁན་གཉིས་ཀྱི་སྒྲིབ་ལ་འཕྲོད་མིན་ལ་དཔྱད་པ་དང་། གཉེན་སྒྲིབ་ཀྱི་ཉིན་དེར་སྐར་མ་བཟང་ངན་ལ་བརྟེན་བཤ། གཉེན་སྒྲིབ་བྱེད་མཁན་ལ་ཆན་གཞོན་གྱི་ཚད་བཀག་མེད་པ་དང་། མི་རབས་གཅིག་མ་གཏོགས་ཉེ་རིང་གི་ཚད་བཀག་མེད་པ་མ་ཟད། མི་རིགས་གང་ཡིན་གྱི་ཚད་བཀག་ཀྱང་མེད་ལ། གཉེན་སྒྲིབ་བྱེད་སྐབས་ལའང་བྱུང་པར་མེད་དོ། སྤྱིར་གཉེན་སྒྲིབ་བྱེད་པ་ནི་ཕོ་མོ་རང་འཐད་ཡིན་པ་སྒྲོས་མི་དགོས་མོད། རྒྱལ་རྒྱལ་དུ་བྱིས་ཚད་ཉུང་ཤོས་ཀྱིས་བྱིས་པ་སྒྲེས་མ་ཐག་ཏུ་པ་མ་གཉིས་ཀྱིས་རང་གི་བྱིས་ཚད་དང་འབྲེལ་བའམ་ནུས་པ་འཚམ་པའི་བྱིས་ཚད་ཞིག་བཅའ་ཉེ་གཉེན་སྒྲིབ་གཏན་འཁེལ་བྱ་སྐུལ་ཡོད།

བག་མ་བསྐྱེད་སྒྲིབ་པ་

གཉེན་སྒྲིབ་ཀྱི་ཉེ་མ་དེར་ཐེལ་ཟེང་ཆེ་ཞིང་ཆེས་སྒྲོ་བ་ཐུན་པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། ཉིན་དེའི་ཐུང་རྒྱུ་ལས་རང་གི་གཉེན་ཉེ་དང་གྲོགས་པོ་ནུས་ཁྲིད་ནས་བག་མ་བསྐྱེད་པ་འགྲོ་དགོས་ཤིང་། བག་མ་བསྐྱེད་མཁན་གྱི་སྒྲིབ་པ་དག་གིས་རང་གི་སྒྲིབ་པ་འཁོར་སྤོང་ལ་ལ་བཏགས་དང་དར་གོས་འཐེན་ནས་ཐེང་སྒྲིབ་བསྐྱེད་པ་ཉེ་ཕྱར་ཕྱར་ཟེང་ཟེང་དང་གཉེན་སྒྲིབ་བྱེད་མཁན་གྱི་སྒྲིབ་པའི་རྒྱུ་ལྟ་བུ་བསྐྱེད་པ། ལམ་བར་དུ་པ་ལ་ཆེར་སྒྲིབ་བཅོ་ཐུ་ཡས་མས་བར་རྒྱ་ཐོག་དང་བཞག་ནས་སྤོང་དུ་སྒྲིབ་མོ་བཅུ་རེ་འཛོག་ལ། དེས་བདེ་སྦྱིད་དང་འབྲེལ་བ་ཡོང་བར་མཚོན་པར་བཤད་སྐུལ་ཡོད། དེ་ལྟར་བྱུང་མེད་དག་གིས་མགོན་པོར་སྤྲོ་ལེན་གཟེལ་རྒྱས་བྱ་དགོས་པས་ཁོས་ཁོང་མེད་པར་ཟེ་མ་དང་འདུག་ས་སོགས་བྱ་སྒྲིབ་བྱེད་པ་ཡིན། ལོ་ན་གཞོན་པའི་ཕོ་མོ་རེ་གཉིས་ཀྱིས་སྒྲིབ་ཆེན་ནས་མགོན་པོ་སྤྲོ་བས་པར་བསྐྱེད་ཉེ་རིམ་གྱིས་ནས་ཆང་འདྲན་པ་དང་། ཆང་མི་འཐུང་བ་དག་ལའང་སྒྲིབ་སྐབས་འོ་ཇ་སོགས་འདྲན་སྐུལ་ཡོད།

གཉེན་སྒྲིབ་བྱེད་སྐབས་པ་

གཉེན་སྒྲིབ་ཀྱི་ཉིན་དེར་མག་གསར་དང་བག་གསར་གྱིས་རྒྱལ་རྒྱལ་གི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་གོས་

དང་རྒྱན་བདགས་ཏེ་ཟུར་ལས་མཛེས་ཉམས་ལྡན་པ་ཞིག་བྱ་དགོས་ལ། མགོན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་གཅིག་ལས་གཅིག་མཛེས་ཀྱི་རྒྱན་ཆ་འདྲ་བའི་ལོང་པས་ཉིན་དེར་གོས་བཟང་དན་གྱི་འགན་བསྐྱར་བསྐྱས་པ་དང་འདྲ། སྐྱེས་པ་ཞིག་མག་པར་འགོ་དགོས་ན་མཆན་མོར་སྐྱེལ་མ་བྱེད་པ་ཡིན། རྒྱ་རྩོད་རྒྱུ་དུ་བཀའ་དོར་ཟེར། སྐབས་དེར་སྐྱེས་པ་རང་ཉིད་ཀྱི་གཉེན་ཉེའམ་གྲོགས་པོ་མ་གཏོགས་ཡོང་བའི་སྐྱེལ་མེད་ཅིང་། དེ་མིན་བྱང་མེད་ཅིག་བག་མར་འགོ་དགོས་ན་མཆན་མོར་ཡང་སྐྱོད་མོ་ཞིག་ཡོད་ལ། རྒྱ་རྩོད་རྒྱུ་དུ་ཟེན་བྱང་ཟེར། སྐབས་དེར་ཡང་བྱང་མེད་རང་ཉིད་ཀྱི་གཉེན་ཉེ་དང་གྲོགས་པོ་སྐྱེས་ལྡན་དུ་འཛེམས་ཏེ་སྐྱེལ་མ་བྱེད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་གཉེན་སྐྱོད་བྱེད་ས་ནི་མི་མང་ཁྱད་ལ་རག་ལས་པས། མགོན་པོ་མང་པོ་ཡོད་ན་བྱིས་ཆང་དེའི་ར་སྐྱོར་ནང་དུ་སྐྱོན་མོ་བྱ་དགོས་པ་དང་། མགོན་པོ་མང་པོ་མེད་ན་བྱིས་དུ་བྱས་ཀྱང་ཆོག་མག་གསར་དང་བག་གསར་གཉིས་ཀྱི་པ་མའམ་གཉེན་ཉེ་དང་རྒྱོགས་བཞི་ནས་ཡོང་བའི་གྲོགས་པོ། ཡང་ན་སྒྲོབ་གྲོགས་བཅས་འཛེམས་ཏེ་ར་སྐྱོར་དབུས་སུ་ཆང་ཇ་ཞིག་བཞག་ནས་སྐྱུག་སྐྱུག་འགའ་དྲངས་ཏེ་སྐྱེ་བདེ་བརྒྱུད་མཁས་ཤིག་གིས་ཆང་མཆོད་བྱས་ཏེ་ཁོ་གཉིས་ཀྱི་མ་འོངས་བའི་འཆོ་བར་བར་ཆད་མེད་པ་དང་བྱིས་ཆང་བདེ་སྐྱུང་ཡོང་བར་སྐྱོན་ལམ་འདེབས་བའི་ཁྱོད་དངོས་སུ་འགོ་བརྩམ་དགོས།

ཐོག་མར་མག་གསར་དང་བག་གསར་གཉིས་ཀྱིས་པ་མ་ལ་དེ་མེད་ཀྱི་ཁ་བདགས་སུ་ཏེ་བཀའ་དྲིན་སྤྲིང་ནས་ཞུ་ཞིང་། དེ་ནས་མགོན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ཉིན་འབྲེལ་གྱི་ཚུལ་དུ་དར་གོས་དང་། སྐྱོར་མོ། ཇ་བུམ། ཐུག་གདན་བཅས་རྒྱ་མང་པོ་ཞིག་སུ་ལ། མི་ཞིག་གིས་འགོ་འཛིན་བྱས་ཏེ་གཉེན་སྐྱོན་བྱེད་མཁན་གཉིས་ཀྱི་བྱིས་ཆང་དང་ལས་ཀའི་གོ་རེམ་སྐོགས་རྩོད་མདོར་བསྐྱས་ཤིག་བྱས་མ་ཐག་དུ་མདོ་འཛིན་པས་བཀོད་སྐྱིག་ལྟར་ཀན་གཞོན་མེད་པར་རྟེན་འབྲེལ་བཟང་ཉེ་ཞེས་བའི་སྐྱོར་ཕོ་ཞིག་འབྲལ་སྐྱེལ་ཡོད་པ་དང་། ལྷ་དབྱངས་ལེན་པ་སྐོགས་དགོད་ཕོ་བའི་ཆོད་སྒྲེང་ཡང་ཡོད་མོད། སྐབས་ལན་རེ་མགོན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་རང་དབང་མེད་པར་སྐྱེད་བྱངས་ལེན་པའམ་ཁ་ཤགས་འབྱེད་པར་བྱེད། ད་དུང་ཀ་ར་དང་སྐྱོར་རྒྱ་སྐོགས་མོས་པས་མི་ཆར་བ་ལྟ་བུར་བཤམས་ནས་མགོན་པོ་རྣམས་ལ་སྐྱོ་སེམས་འཁོལ་བའི་ངང་དགའ་བསུ་དང་སྒྲེ་ལེན་གཟབ་རྒྱས་བྱ་སྐྱེལ་ཡོད། དགོང་ཆོགས་ནི་ཆེས་སྐྱོ་སྐྱང་ལྡན་པ་ཞིག་སྟེ། དགོང་མོར་སྐྱེ་མགོན་རྣམས་ལག་རྒྱུ་སྐྱེལ་ཏེ་མི་ཕུང་གི་མཐའ་བསྐྱོར་རྒྱུ་མདོ་འཛིན་པ་ཡོང་སྟེ་སྐྱེ་མགོན་རེ་ལ་སྐྱེད་བྱངས་རེ་ལེན་པར་སྐྱེལ་ལ། གལ་ཏེ་སྐྱེ་ལེན་མ་ཤེས་ན་དུང་འགོ་གང་ཡང་ཅུང་བའི་རྒྱལ་ལྷགས་བྱེད་དུ་འཇུག

མཚན་མོར་དེར་དགོད་ཐོ་བའམ་སྒྲིལ་འཛེབས་ཐུན་པའི་བླ་དབྱངས་ལེན་པ་དང་སྒྲིལ་ཐོ་འཁྲུག་ལ། ཆེད་
མོར་གཤེད་སྒྲིལ་ཉིན་ནམ་མ་ལངས་བར་དུ་འདུག་སྒྲིལ་ཡོད།

མཐུག་གི་གཏམ།

སྒྲིལ་བྱུང་རྒྱུ་ལྟར་ན་ཉ་ཅང་སྒྲིལ་བའི་ཁྱེད་ལས། ལྷ་པ་ལ་སྒྲིལ་རིགས་རེ་དང་ས་ཕྱོགས་རེ་
ལ་ཆ་ལྷགས་རེ་ཡོད་པས་ལྷགས་སྒྲིལ་རེ་རེར་བྲི་དགོས་ན་ཉ་ཅང་དཀའ་བ་དང་རང་ཉིད་ཀྱིས་དབྱེད་སྒྲིལ་
ཀྱི་ཤེས་རབ་དང་སྒྲིལ་སྒྲིལ་གྱི་ཡོན་ཏན་ཉ་ཅང་ཞན་སྒྲིལ་པ་ལྷན་སྒྲིལ་ཆེན་ལྷན་གྱི་ཆ་ལྷགས་ཐེ་བྲག་
རེ་མ་གཏོགས་མཚན་མི་རྣམས་པ་རང་གིས་ཀྱང་ཤེས་མོད། དེ་ཙམ་གྱིས་སྒྲིལ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལྷན་པ་དང་བག་
ཆགས་རེ་འཛོག་ངེས་སྒྲིལ་ནས་བྲིས་པ་ཡིན། གོང་དུ་བཤད་བྲིན་པའི་ནང་མི་འདད་ས་དང་མ་འཁྱོངས་
ས་མང་པོ་ཡོད་པར་ཐེ་ཚཱ་མེད་པས་སྒྲིལ་པ་པོ་རྣམས་ལ་ཡང་ཡང་བཟོད་གསོལ་ཞུ།

བཅར་འདྲི་བྱེད་ལུ། ཀྱན་བཟང་ནོར་བུ། རབ་འབྱམས།

བཅར་འདྲི་ལྷན་ཆེད། 2015.6.3

བཅར་འདྲི་ས་གནས། ཐོ་མ་པོའི་ཕྱེ་བ།

ར་རྒྱའི་ལོ་སར་སྐོར་རགས་ཅམ་སྐོང་བ།

པར་སྐྱབས། ར་རྒྱ།

སྐོང་གཞི།

འདིར་ཡུལ་ར་རྒྱའི་ལོ་སར་སྐོང་སྐབས་ལས་ད་སྐབས་ཉམས་དམས་སུ་འགྲོ་བཞིན་པ་དང་འཕེལ་རྒྱས་
སུ་འགྲོ་བཞིན་པའི་སྐོར་ནས་རྒྱུང་ཅམ་སྐོང་ཡོད། འདི་ནི་ས་གནས་རྒྱུང་རྒྱུང་ཞིག་གི་ལོ་སར་སྐོང་སྐབས་
ལས་གཞན་སྤྱི་ཡོངས་ནས་ཆེན་པོ་ཞིག་བཤད་མེད་མོད། ཡིན་ནའང་རང་ཉིད་ལ་མཚན་ན་འདི་ནི་སྐོང་
གཞི་རིན་ཐང་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། རྒྱ་མཚན་འདིར་གཞན་དང་མི་འདྲ་བའི་ཡུལ་སྤྱོད་གོམས་གཤིས་
ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་རེ་ཡོད་པས་ཡིན། ད་སྐབས་ས་ཆ་གང་ས་གང་ནས་རང་རང་གི་ཡུལ་སྤྱོད་གོམས་གཤིས་སོགས་
རིམ་བཞིན་ཉམས་དམས་སུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པས་དམ་ཆེད་དུ་རང་གི་ཡུལ་སྤྱོད་གོམས་གཤིས་བཟང་པོ་
འདི་བརྗོད་བྱ་བདམས་པ་ཡིན། ད་སྐབས་ན་གཞོན་ད་དང་ད་ལྟ་བུ་མང་ཆེ་བ་ཞིག་གིས་ད་ཆོ་ལ་ཡུལ་
སྤྱོད་གོམས་གཤིས་བཟང་པོ་རེ་ཡོད་ཅེས་ཁ་ནས་བཤད་པ་ལས་དངོས་སུ་ལག་ལེན་བྱེད་པ་ཏ་ཅང་ཉུང་།
དེ་བས་རང་ཉིད་ཀྱིས་མི་ཤིས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱན་པ་ཆོ་ལ་བཅར་འདྲི་བྱས་ནས་བརྗོད་བྱ་རང་དང་ཏ་ཅང་
ཐག་ཉེ་བའི་ལོ་སར་སྐོང་སུ་འདི་བདམས་པ་ཡིན། ད་ཆོ་ཆང་མས་སྤྱོད་རྒྱ་ལ་རྒྱ་ལ་འབྱོར་བྱེད་
དགོས་ལ་རྒྱ་ལ་འབྱོར་བྱེད་སྐབས་ཀྱང་དུས་རབས་ཀྱི་འཕྱར་ཞུག་དང་ངེས་པར་བསྐྱུན་དགོས། ད་ཆོས་
རང་གི་སྤྱོད་རྒྱ་ལ་འཕེལ་རྒྱས་སུ་བཏང་ནས་དུས་རབས་གང་ལ་ཐུགས་ཀྱང་བཀོལ་སྤྱོད་བྱེད་ཐུབ་པ་ཞིག་
བྱ་དགོས།

དང་པོ། ལོ་སར་དང་རེ་རྒྱུག

ད་ཆོས་རྒྱ་པར་བོད་ལོའི་ཉི་ཤུ་ལྷ་དུག་ནས་བཟང་ལོ་སར་ལ་གྲ་སྒྲིག་བྱེད་པ་རེད། རྩོན་ཆད་འཆོ་
བའི་ཆ་རྒྱུན་ཏ་ཅང་ཞན་པས་བྱིས་བདག་ཆོས་ཏ་ཞོན་ནས་ལོ་སར་མཁོ་ཆས་ཉོ་རུ་ལེ་བར་མང་པོ་བཟུལ་
ཏེ་འགྲོ་དགོས་ལ། དེ་ད་སྐབས་དཔལ་འབྱོར་ཆེས་ཆེར་རྒྱས་ཏེ་འཕུལ་ན་དང་རྒྱུང་ས་འཁོར་སོགས་ཡོད་

པས་མཁོ་ཆས་སོགས་མང་བོ་ཉི་ཤུ་པ་མེད། ད་ལྟ་འཕྲོག་པ་ཚར་དཔལ་འཕྲོར་གྱི་ཆ་ནས་འཕེལ་བྱས་
 ཅུང་ཅུང་བས་ཟས་རིགས་དང་བུར་རིགས་སོགས་འཕྲོ་བསྒྲག་བྱེད་པར་ཚད་ལས་བཞུལ་བའི་ནུས་པ་འབྱུང་
 བཞིན་ཡོད། དེ་ལྟར་ཉི་དགོས་པའི་སྐོར་ཉི་པ་དང་གོ་རེ་བཙུ་བ་སོགས་བྱེད་པ་མེད། གོ་རེ་ལའང་སྒྲ་ཁ་
 གསུམ་ཅམ་བཟོ་བྱ་ཡོད་པ་དང་གོ་རེ་ནང་ནས་གོ་རེ་བྱུལ་བོ་བཟོས་ཏེ་བསང་དང་ལྷ་ལ་མཚོན་པ་སོགས་
 བྱེད་གྱི་ཡོད། དེ་མིན་ཉི་ཤུ་དགུ་ཉིན་དམིགས་བསལ་གྱི་གཙང་སྒྲ་བྱེད་པའི་ཉིན་མོ་ཞིག་ཡིན་ལ། ཉི་ཤུ་
 དགུ་ཉིན་དགུ་དོ་ལེན་དགོས་ཞེས་ཁང་བའི་ནང་དང་ཁོར་ཡུག་སོགས་ལ་གཙང་སྒྲ་བྱེད་ཅིང་མི་སྟེར་གྱི་
 ལུས་ལུང་བཟུ་བ་སོགས་ལོ་གཅིག་གི་མི་གཙང་བ་མཐའ་དག་ལ་གཙང་སྒྲ་བྱེད་པ་དང་གད་སྟེགས་སོགས་
 ལོ་དྲུག་ཕྱོགས་ལ་འཕེན་པ་མེད། ད་དུང་བསང་བྱི་ཞིག་གསོ་བྱེད་པ་དང་བསང་བྱིའི་ཁ་ལ་རྩོད་ཀྱི་འཕྲོ་འཕྲོ་
 བ། བསང་བྱི་ལ་ཚོན་དཀར་བོ་གཏོང་བ་སོགས་བྱེད། ཉི་ཤུ་དགུའི་དགོང་མའི་དགོང་ཟས་ལ་དགུ་ལྷག་
 ཟེར་ལ། ལྷག་པ་དེའི་ནང་དུ་ལྷས་སྒྲ་ཁ་དགུ་དགོས་པ་དང་མི་རེ་མེས་པོ་བའི་ཤོང་ཚད་ལས་ཀྱང་ཚད་
 ལས་བཞུལ་བ་རེ་འབྱུང་དགོས་སྟེ་ཡོད། ལྷ་མཚན་གཤེན་རྩི་ཆོས་བྱུལ་བྱིས་ལྷ་མ་ཚད་པ་མེད་སོགས་
 དགོང་བོ་བའི་བཤད་སྟེལ་ཡང་ཡོད། ད་དུང་དེའི་དགོང་མོ་ལོ་གཅིག་གི་ནང་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བ་
 བསྐྱབས་པ་སོགས་གང་གི་མང་བར་ལྷ་བྱེད་དུ་རྟེན་དཀར་ནག་ཅེས་པ་ཞིག་ཡོད། རྟེན་དཀར་བོས་དགེ་
 བ་དང་རྟེན་ནག་བོས་མི་དགེ་བ་མཚོན་པ་མེད། གལ་སྲིད་ཁྱོད་ཉིད་ལ་རྟེན་དཀར་བོ་མང་ན་ལོ་རྩེས་
 མའི་བྱ་བ་སོགས་ཡིད་བཞིན་དུ་འབྱུལ་བ་དང་རྟེན་ནག་པོ་མང་ན་དེ་ལས་ཐོག་ལྷོ་ལོ་རྩེས་མའི་བྱ་བ་ལ་
 གཞོད་པ་སོགས་ཡོད་པའི་བཤད་སྟེལ་ཡང་ཡོད། དེ་མིན་ལོ་སར་སྐབས་བྱིས་པ་ཚོ་ལ་དམིགས་བསལ་གྱི་
 བསམ་མཁོ་སྟེགས་ལ་ཞིག་ཡོད། བྱིས་པ་ཚོ་ལ་མཚོན་ན་ལོ་སར་ནི་རེ་སྟེགས་གི་རིན་ཐང་ཡོད་པའི་སྟོན་མོ་ཞིག་
 མེད། ལོ་སར་བར་ཉིན་ལྷ་དྲུག་ཅིག་ཡོད་པ་ནས་བཟུང་རང་རང་ལ་ཡོད་པའི་གོས་གསར་བ་ནུས་ཕྱོགས་
 གཅིག་དུ་བཞག་ནས་ཉིན་རེར་མ་མཐར་ཐེངས་གཉིས་ནས་གསུལ་ལ་ལྷ་བ་དང་། མཚན་མོ་ཉལ་ཡང་
 ལྷས་མགོ་ལ་བཞག་ནས་ཉལ་བ་སོགས་བྱས་ཏེ་ལོ་སར་བར་རེ་སྟེགས་བྱེད་བཞིན་གོས་གསར་བ་ཕྱིན་ཏེ་ལོ་
 སར་ལ་སྒྲ་ཚང་དུ་འཕྲོ་བ་དང་ལོ་སྐལ་སོགས་སྒྲ་འདྲང་བཟུབ་ནས་ཆོས་གཅིག་གི་སྐྱ་རེངས་ལ་སྟུག

གཉིས་པ་ལོ་སར་དངོས།

ལོ་གཅིག་གི་བྱ་བ་དེ་ཉིད་ཕྱིར་དྲན་བྱས་ནས་ལོ་གསར་བ་ཞིག་ལ་བསྐྱུ་མའི་སྟོན་འགྲོའི་རྩལ་དུ་ནངས་

སྒྲིབ་དང་དུང་གཉེན་སྒྲིབ་དང་ཁང་སྒྲིབ་སོགས་མདོར་ན་ལོ་སར་སྐབས་སྒྲིབ་མོ་བྱ་འོས་པ་ཞིག་ཡོད་དོ།

གསུམ་པ། ལོ་སར་མེད་པའི་བྱིམ་ཆང་གི་སྐོར།

རང་གི་གཉེན་ཉེ་དང་སྤྱི་ཆེད་སོགས་ཆོ་ལས་འདས་པ་ཡིན་ན་ལོ་སར་མེད་པ་དང་ཆོས་གཅིག་གི་
མ་མོ་ལྷ་ལ་མཆོད་པ་དང་བསང་འཕུད་པ་ལས་གཞན་ལོ་ཉལ་དུ་འགོ་བའི་སྒོལ་མེད། དེ་མིན་མགྲོན་པོ་
ཡོང་སྐབས་དེ་ཆང་ལ་ལོ་སར་མེད་པ་མ་ཤེས་པར་ཐོན་པ་ཡིན་ན་སྤེལ་མེན་བྱེད་པ་རེད། བྱིམ་ཆང་ལ་ལས་
ལོ་སར་མེད་དུས་ས་ཆ་གཞན་དུ་མཆོད་མཇལ་སོགས་བྱེད་དུ་འགོ་བའང་ཡོད།

མཇུག་གི་གཏམ།

ལོ་གཅིག་གི་མཇུག་བསྐྱུ་སྤངས་དང་ལོ་གསར་བ་ཞིག་ལ་བསུ་མ་བྱེད་སྤངས་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་ཉུང་ཙམ་
བྱིས་པའི་སྤོང་གཞིའམ་ཁ་བད་འདི་ཉིད་ང་ལ་མཆོན་ན་རིན་ཐང་ཆེན་པོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། ཅིའི་ཕྱིར་ཞེ་
ན་འདི་ནི་ངའི་མེ་ཆོ་ཐོག་རང་ཉིད་ཀྱིས་ས་གནས་རྒྱང་ས་ཞིག་ནས་གོམ་ཁ་སྤྱི་ཆོགས་ལ་གཏད་པའི་མིང་
ཐོ་བཞོད་པ་དང་མཚུངས་ལ་ལོ་སྤྱིའི་འཁོར་བསྐྱོད་ཀྱི་འགོས་དང་བསྐྱུན་ནས་རང་ཉིད་རང་གིས་དྲན་གསོ་
ཞིག་བྱས་པ་དེའོ།

བཅར་འདྲི་བྱེད་མཁན། བསྐྱེད་པས།

བཅར་འདྲི་བྱེད་ས། རོན་ཐར།

བཅར་འདྲིའི་དུས་ཚོད། 2015.5.28

ལམས་ཐེ་དགེའི་སྲིབ་འབྲོག་ཡུལ་གྱི་གཉེན་སྲོལ་རགས་ཙམ་སྤྱོད་བ།

བོད་རྒྱུངས་བསྟན་དགའ། འཛོམས་དཔེ།

སྤྱོད་གཞི།

གཉེན་སྲོལ་ནི་འགྲོ་བ་མིའི་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་ཚོགས་རྒྱན་ཆད་མེད་པར་མུ་མཐུད་ནས་འཕེལ་རྒྱས་སུ་འགྲོ་བའི་གཞི་རྩ་ཡིན། གཉེན་ཉེ་སྤྱོད་མཆེད་ཀྱི་རིགས་ཀྱི་འཚོལ་མི་འགྲོ་བའི་བྱེད་ཐབས་ཤིག་ཡིན། དེ་བས། བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ཆུ་རྒྱུན་རིང་མོ་བརྒྱུད་དེ་ཆོལ་ཁ་དང་ས་གནས་སོ་སོར་རང་གི་བྱུང་ཚེད་མ་ཡིན་པའི་གཉེན་སྲོལ་ལམ་ལུགས་རེ་དར་ཁྱབ་ཏུ་སོང་ཡོད་པས། མི་རབས་མང་པོ་ཞིག་ལ་འབྲོག་ས་དཀྱིས་མ་འདི་ལ་གཞིས་ཆགས་པའི་སྲིབ་འབྲོག་ལུང་བའི་གཉེན་སྤྱོད་ལའང་རང་གི་འཚོ་བ་དང་འཚམ་པའི་བྱེད་སྲོལ་ཞིག་སྤྱོད་མེད་ཏུ་མཆིས་སྟབས། སོ་མོ་གཉེན་སྤྱོད་སྐབས་ཀྱི་འཛུལ་བྱ་དང་། ཡལ་མེས་ནས་བརྒྱུད་པའི་གོ་མས་གཤིས་བཟང་པོ་དག་མ་ཉམས་ན་བཟང་སྟམ་སྟེ་ཁྱེད་པར་སློབ། །

དང་པོ། གཉེན་སྤྱོད་བ།

ཉེ་འབྲེལ་དང་པ་མ་ཚོས་རང་གི་བྱ་བ་མོ་གང་ཅུང་ཞིག་བྱིས་ཆང་སྤྱོད་རན་གྱི་ལོ་ཚེད་ལ་ཐོན་ཏུ་ས། བྱིས་ཆང་ག་གེ་མོ་ཞིག་གི་རིགས་ཀྱི་དང་འབྲེལ་ཕྱག་བྱ་མེད་ལྟེ་འབྲེལ་ལས། ལག་ལས་ཀའི་བཟང་དན་བཅས་ཕྱོགས་མང་པོ་ལ་བརྟག་སྟེ་རང་གི་བྱིས་ཆང་དང་བྱ་ལ་འཚམ་པར་འདོད་ཆེད་གཞོད་སྤྱོད་རིན་གྱ་ཅོན་པ་རེ་སྤྱོད་ནས་སྤྱོད་བ་ཡིན། ད་དུང་བྱ་སྤྱོད་མནའ་མ་མཉམ་བསྟུ་དགོས་ཆེ་པ་རེལ་གྱི་བྱ་མོ་འཐད་མེན་དང་བྱ་སྤྱོད་གཉིས་ཀའི་སྤོར་བབས་ཡོད་མེད་ལའང་བརྟ་དགོས། འབྲེལ་བ་དབུལ་ཕྱག་གི་ཁྱད་པར་ཡོད་ཆེ་སྤོར་ཡོན་ཡང་དེ་ལྟགས་ཀྱིས་སྤོར་དགོས། དེ་ནས་ཕྱོགས་གཉིས་ཀ་ཉེ་འབྲེལ་འབྲེལ་རྒྱ་འཐད་བ་བྱུང་ན་ཁ་ཆད་གྱི་ཕྱིར་དུ་དུང་ཉམས་འཛོག་དགོས།

གཉིས་པ། ལྷ་གོན་བྱེད་ཚུལ།

རང་ཕྱོགས་ཀྱི་སྤྱོད་མ་དང་མོ་བ་དག་ལ་མོ་སྤོར་ཁྱེས་ཉེ་རིམ་གྱི་ཅི་བབས་ཡོངས་སུ་འཁྱུ་བ་པར་བྱས་ཤིང་། ཕྱོགས་གཉིས་ཀར་དམིགས་ཉེ་བཟང་སྤོར་བཟང་ཞིག་ལ་གཉེན་སྤྱོད་གྱི་མཛད་སྤྱོད་སྟེ་ལྷ་གོན་འཕེལ་

བྱ་དགོས། བྱིས་ཆང་གིས་རང་གི་བྱ་མོ་ལ་བག་གོས་དང་བག་རྟ། སྒོ་གཟུར། རྩ་ལུང་། སྐྱག་བཅེངས། དུལ་
ཐག་གཟི་བུར་གཡུ་གསུམ་གྱི་སྒྲིལ་བྱ་དང་མགོ་བྱ། སྒོས་ཤེལ་དང་མགོ་གཡུ་བཅས་ཀྱི་བྱ་ལོས་རྩ་མས་
འབྱོར་བས་རུས་ཆོད་ཀྱིས་བསྐྱེག་དགོས།

གསུམ་པ། སྒྲོན་མའི་དངོས་གཞི།

གཉེན་སྒྲོན་ཉེན་གྱི་ཞོགས་པར་ཐག་ཉེ་མི་མགོན་པོ་ཆོ་མ་སྒྲེབས་གོང་གཉེན་ཆང་གིས་ག་མར་
ཐུང་གསུམ་དང་བཏུང་ཆུང་འཇགས་འདྲ་མིན། སེལ་རྟོག་དང་སེལ་ཁྱ། ཞོ་གྲོ་འབྲས། ཆོད་མ་སོགས་ཟས་སྒྲ་
གང་འཛོམས་ཀྱི་ཐེ་ཁ་གཟབ་བྱས་བཤམས་ཐོག་བཟའ་མི་ཆང་མས་གོས་དང་བྱ་ཆས་ལེགས་པར་བྱ་
དགོས། ཟ་མ་གཡོ་སྒྲེལ་མཁན་དང་སྒྲེ་ལན་པ་ཆོས་སྒྲོན་དུ་ཐོན་པའི་མགོན་པོ་ཆོར་སྒྲེ་ལན་བྱ་དགོས་ཤིང་།
གཉེན་པོ་གཟའ་སྐར་འཛོད་སྒྲོར་དང་བསྐྱེན་ནས་ལམ་ལ་ཆས་དགོས། པར་འགྲོ་མཁན་གྱི་གཉེན་པོ་བྱིས་
ཆང་གི་ཆ་སྒྲིལ་སྒྲར་ཡིན་ཁིང་། མནའ་མ་བསུ་མཁན་ཆང་གཉེན་པོ་ལས་ཐུབ་གཅིག་གིས་སྒྲེལ་མཁན་
མང་བར་འགྲོ་སྒྲེལ་ཡོད། ཉེ་འཇུགས་མཁན་གྱི་མི་དེ་ལྟ་ཞིང་དང་སྐྱེན་མཆོད་གང་ཡང་མིན་ཅུང་པེས་
པར་དུ་གཉེན་པོ་འགྲོ་དགོས་པའི་སྒྲེལ་དུ་ཆགས་ཡོད། མནའ་མ་དང་མག་པ་གང་ཡིན་ན་འགྲོ་ཁར་མོ་
ཅོས་ལུ་བབས་ཚུལ་སྒྲར་སྒྲོ་འགྲམ་ནས་ཕྱོགས་བཞི་གང་ཅུང་དུ་གོམ་པ་བཏུན་སོང་ནས་ལམ་དུ་བསྐྱོད་པ་
ཡིན། བྱིས་ནས་འགྲོ་ཁར་སྒྲ་མ་དང་ཨ་མཆོད་གང་ཅུང་གིས་གསེར་འོད་དང་སྒྲོན་ལམ་ཅི་རིགས་འདོན་
སྒྲེལ་ཡོད། འགྲོ་པའི་ལམ་ཁ་ནས་ཐོ་སྒྲོང་དང་སྒྲོང་སྒྲོང་ཁུར་མཁན་དང་ཐལ་བ་འཕོ་མཁན་སོགས་ལ་
འཕྲད་ཆོ་བརྟུ་མི་ཤིས་པ་དང་སྒྲས་ངན་པར་ཅི་བཞིན་ཡོད། རུ་ཐོ་རུས་གང་ཡོད་པ་འཁུར་མཁན་དང་སྒྲི་
བ་སྐྱང་བ། བསང་ཁྱི་དང་ལབ་ཅེ་སོགས་ལ་དེ་ལས་ཐོག་སྒྲ་ཁ་བཏགས་འཕེན་པ་དང་རྒྱང་རྟ་གཏོར་བ།
འབྲུ་སྒྲ་མཆོད་པ་སོགས་བྱས་ནས་སྒྲོན་ལམ་འདོན་སྒྲེལ་ཡོད། ལམ་ཐག་ཉེ་བ་དང་དུས་ཆོད་ཀྱིས་འཕྱི་
འགྲུངས་དགོས་ཆོ་ལམ་ཁའི་མ་ཁི་དང་རྩྭ་འབྲུམ་དག་ལ་བསྐྱོར་བ་བྱེད་སྒྲེལ་ཡོད། གཉེན་ཆང་གི་ཉེ་སར་
ཐོན་དུས་ཆང་བསུ་ཡོང་དགོས་ལ། སྒྲ་མི་ཡོང་ན་བསུ་ཡས་མས་དང་རྒྱངས་འཁོར་ཡོང་ན་གཉེས་གསུམ་
རེ་ཡོང་སྒྲེལ་ཡོད། དེ་ནས་གཉེན་པོ་དང་མནའ་མ་དག་གིས་ཆང་དང་བཏུང་རུ་རྟེན་འབྲེལ་ཅན་འབྲང་
རྩིས་ཡར་བྱིས་དུ་བསུ་དགོས། གཉེན་པོ་དང་མནའ་མ་སྒྲོ་ཁར་ཐོན་སྐབས་སྒྲེ་ལན་པ་དང་མགོན་པོ་སྒྲ་
ཡིན་ཡང་འཆོམས་འདྲི་བྱ་སྒྲེལ་མེད། མནའ་མ་དང་མག་པ་སྒྲོ་ཁ་ནས་རྟ་ཁ་ལེན་མཁན་གྱིས་བསྐྱོར་ཉེ་

གཡུང་རྒྱུང་ཡར་འབྱུལ་གྱི་རི་མོའི་སྤྱིང་དུ་འབབ་དགོས། ཏྲ་ཁ་ལེན་མ་ཐན་ལོ་བརྟན་ལ་བརྟན་དགོས། འགའ་
རེ་སྤྱོད་པའི་ཨ་ཅེས་དང་རྒྱ་མོ་གང་རུང་གིས་ལེན་སྤོལ་ཡང་ཡོད། བྱིས་ཚང་འགའ་རེས་བྱ་མནའ་མ་དང་
མཉམ་དུ་མགོན་པོ་ཚེ་ལ་དར་དཀར་བསྐོན་དུ་འབྱུག་ལ་ལས་སྒྲ་མ་དང་དགེ་འདུན་པ་རྣམས་ལ་བྱས་ཞུ་
སྤོལ་ཡོད། མང་ཆེ་བས་ལུགས་དེ་གཉིས་གང་ཡང་མི་བྱེད་པར་ནང་དུ་བསུ་བཞིན་ཡོད། མནའ་མ་བསུ་
མཐན་གྱི་གཉེན་པོ་ནང་དུ་ཐོན་དུས། ཁ་བཏགས་དང་གཡུང་ལྷག་གང་རུང་ཀ་མགོ་འདྲགས་ཞོར་དར་
བཤད་འཐེན་དགོས་ལ། དར་བཤད་མི་ཤེས་མ་ཐན་གྱིས་སྒྲ་བས་འགྲོ་དང་སྒྲོན་ལམ་ཅི་རིགས་འདོན་ཆོག་
དེ་ནས་གཉེན་པོ་དང་མགོན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་གསོལ་སྒྲོན་བཞེས་དགོས། ཉེན་དེའི་ཐ་གཞུག་གང་རུང་ནས་
མགོན་པོ་དང་ཉེ་རིང་སྒྲོན་མཆེད་ཆོས་རྣམས་ཚོད་འཛིན་མཆེད་ཀྱིས་སྒྲོན་མོར་བྱིར་ཡོང་བའི་ལེགས་སྒྲུབ་
དག་རིམ་བཞིན་མིང་སོ་དགོད་དགོས། གཉེན་པོ་དང་མནའ་མ་དག་བྱུང་མེད་པར་གསོལ་ཆ་འདྲེན།
མང་ཆེ་བས་གསོལ་ཆ་བཞེས་ཚར་རྗེས། ཉེ་འབྲེལ་དང་བྱིས་མཆོས་སོགས་ལ་ན་ཆའི་སྒྲུག་བསྐྱེད་འདྲ་མེད་
ན་སྒྲུ་ལེན་གར་ཅེད་དང་ཁ་མཆར་སོགས་ཀྱི་ཅེ་རིགས་སྒྲ་ཆོགས་ཅེ་བཞིན་ཡོད། དེ་ནས་གཉེན་པོ་དང་
ཡུལ་མི་ཀན་པ་ཆོས་གཏམ་སྤྱིང་བྱས་ནས་ཡུན་རིང་པོའི་བར་དུ་འདུག་སྤོལ་ཡོད། ཕྱི་རྒྱུ་ནས་དགོད་མོའི་
བར་མགོན་པོ་ཆོས་རྒྱ་ཅུ་བྱིར་ནས་རང་རང་གི་སོམ་ལོང་ལྟར་བྱིར་ལོག་འགྲོ་དེ་ནས་ས་སྤྱོད་ཚུན་ཆད་ལ་
གཉེན་པོ་ལ་དགུ་ཆན་གཙོས་བྱས་པའི་འབུལ་བ་ཅི་ཡོད་དཔུལ་དགོས། དེ་ནས་ཉེན་གཉིས་པ་དང་གསུམ་
པའི་བར་དུ་མནའ་མ་དང་མག་པ་མཉམ་ཉལ་བྱེད་སྤོལ་མེད། བྱིར་ཉེན་གཉེན་པོ་རྣམས་ལམ་ལ་ཆས་
སྐབས་མནའ་མའི་མིང་པོ་དང་ཨ་ཁང་གང་རུང་ཡོད་ན་དེ་ཉེན་ཡར་མི་འགྲོ་བར་ཉེན་ཞག་ལ་ཤས་ལ་བག་
རོགས་སུ་འདུག་སྤོལ་ཡོད། འགའ་རེ་ཉེན་ལ་ཤས་འགོར་རྗེས་ཚུར་ཡོང་ནས་འདུག་སྤོལ་ཡང་ཡོད།

དེ་ནས་སྒྲ་བ་གཅིག་དང་ཉེན་བདུན་ཅི་རིགས་ཀྱི་མཆོམས་ནས་མནའ་མ་པའི་བྱིས་དུ་རང་གི་སྤྱོད་པོས་
སྤོལ་ཡོང་། བྱ་མོས་པ་མ་སྒྲོན་མཆེད་དང་། བྱིས་མཆོས་སོགས་ལ་གཉེན་བྱིས་ཚང་གིས་བྱ་སྤྱིག་ལྟར་
ལེགས་སྒྲུབ་རེ་འབྱུར་ཡོང་སྤོལ་ཡོད། དེ་ནས་ལོ་གཅིག་ཚུན་ཆད་དུ་མང་ཆེ་བས་མནའ་མ་དང་མག་པ་ལ་
ནོར་སྐལ་བྱིན་གྱིན་ཡོད། དུད་ཆང་ལ་ལས་ཏྲ་ནོར་ལུག་གསུམ་དང་བྱི་ནང་གི་རྒྱ་ནོར་ཅི་ཡོད་བཟའ་མི་
ཆང་མ་ལ་བགོས་ནས་བྱིན་ལ། ལ་ལས་རང་གིས་སྤྱིང་བྱེད་ཆོད་ཀྱིས་བྱིན་གྱིན་ཡོད།

མཚུག་བསྐྱ་བ།

ཐྱི་ཚེགས་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་འགྲོས་དང་བསྐྱུན་ནས་གཉེན་སྲིག་གོམས་སྒོལ་ལ་འགྱུར་ཐོག་གང་མང་ཞིག་
 བཞེས་ཤིང་། ས་འདིར་མི་རབས་མང་པོ་བརྒྱུད་ཡོང་བའི་སྒོལ་རྒྱུན་གྱི་གཉེན་སྒྲོན་འདི་ལ་འང་ཉམས་རྒྱུད་
 བརྒྱུད་གསལ་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པས། ད་ནས་བརྒྱུད་གཞིན་སྲིག་ཚོས་རང་ལུས་ཅི་སྒྲིགས་ཀྱིས་འདིའི་
 རྒྱུགས་ལ་ཞིབ་འཚུག་དང་དར་སྤེལ་བྱས་ནས་ང་ཚོའི་ཕྱི་རབས་པ་རྣམས་ལ་སྤྲ་སྒོལ་མ་ཉམས་པར་འཛོག་
 པའི་ཐབས་ལམ་ལ་འབད་བ་ཤིན་ཏུ་གལ་ཆེ། ལོ་ངོ་རྒྱུང་ཕྱག་དུ་མར་འབྲོག་ས་དཀྱིལ་མ་འདི་ཡི་འཚོ་བ་
 དང་འགྲོགས་པའི་གོམས་གཤེས་འདི་ལ་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་རིག་གནས་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་
 པའི་ལུགས་སྒོལ་རེ་ཡོད་པས་རྒྱུན་འཛིན་བྱ་རིན་ཡོད་པའི་ཤེས་བྱ་ཞིག་དུ་བཅི་ཆོག་ཆོག་ཡིན།

མདོ་སྨད་དུལ་རའི་ཡུལ་གྱི་གྲུ་སྟོན་སྐོར་ཆེ་ཡང་ཙམ་བརྗོད་པ།

དུལ་ར་བསྟན་འཛིན་དབང་རྒྱལ། རྩ་མཛུགས་

སྒྲིང་གཞི།

སྒྲིང་ང་ཆོད་སྒྲིང་སྒྲིང་ཞིག་ལ། འཇིག་རྟེན་བཤད་ན་འགོ་ཁྲུངས་ཤིག་ ཆོས་ཉིད་བཤད་ན་དེ་ཉིད་
 ཅིག་ཅེས་པ་ལྟར་མདོ་སྨད་ས་ཡི་ཐིག་ལེ་མ་སྨད་གཡུ་ཡུང་སྒྲིང་མདོ་རུ་ཆགས་པའི་ཡུལ་དུལ་ར་ལྟ་ཐེ་
 ཞེས་པ་ནི་རྒྱལ་པོ་མཆོག་འཇིགས་མེད་དབང་བོས་རྟེ་ལུ་ཐུ་བའི་ནང་དུ་འཐུ་འཐུ་བྱས་ཏེ། རྒྱལ་ རྒྱ་ཆོང་།
 ཨ་མོ་གསུམ། ར་མེར་ཐོང་དང་ར་སོགས་དེང་ཐོག་དུང་བྱིས་བདུན་ཕྱགས་གཅིག་དུ་འདུས་པ་ཡིན་ཞེས་
 དུལ་རའི་དག་རྒྱན་དུ་གྲགས་ལ། དེ་ཡང་ཐེ་འདིའི་ཆགས་རྩལ་དང་ཡུལ་སྒྲིང་གོམས་གཤིས་སོགས་ཀྱི་
 ཐད་ནས་ཐུང་དམིགས་བསལ་ཙན་གྱི་ཐེ་ཞིག་ཡིན་ཞེས་མགིན་པ་བཏེགས་ནས་སྒྲིང་སྒྲིང་ལ། འོན་ཀྱང་འདྲིར་
 བརྗོད་པར་བྱ་བའི་གཞི་སྟོན་མོད་རིགས་ལས་གྲུ་སྟོན་ནི་ཡུལ་འདྲིར་ཐེ་མོ་ནས་དར་བའི་སྒྲིང་རྒྱན་སྟོན་མོ་
 རྒྱང་པར་བ་ཞིག་ཡིན་ཡང་། དགོན་པའི་ཡིག་ཆ་སོགས་གང་དུའང་མི་གསལ་བས། འདིའི་སྐོར་གྱི་རྒྱ་ཆ་
 ཡིག་ཐོག་ནས་ཅི་ཡང་མ་རྟོན་ལ། གཞན་ཡང་ཡུལ་འདྲིའི་དམངས་སྒྲིང་ཞིབ་འཇུག་མཁན་གྱི་ཁྲིད་དུའང་
 སྒྲིང་འདྲིའི་དགོ་མཆོན་རྟོགས་མཁན་ཏེ་ ཅང་ཁྱེད་པར་མ་ཟད། དེ་བས་ད་ལྟ་སྒྲིང་ཀྱང་ཐེ་འདིའི་གྲུ་སྟོན་
 སྐོར་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱས་ཡོད་མཁན་མེད་པར་སྤང་། ཐ་ན་དུལ་རའི་ཐེ་རྒྱས་མདོར་བསྐྱས་སྤྱུང་མི་
 རིགས་ཤིག་གི་འཆོ་བ་མཆོན་པའི་སྟོན་མོད་སྐོར་སོགས་མེད་པས་ཆ་མེད་རྒྱས་མེད་དུ་གྱུར་བའི་གནད་འདི་
 གསལ་ཁ་རྟེན་ཆེད་དང་། ད་དུང་ཉམས་པ་སོར་རྒྱུད་དམ་མ་ཉམས་གོང་འཕེལ་དུ་བཏང་སྟེ་དཔལ་
 འབྱོར་གྱི་དུས་རབས་འདྲིར་ལོ་གྲངས་བརྒྱད་ཅུར་སོན་ཆེ་གྲུ་སྟོན་སྒྲིང་ཐེ་འདི་སྒྲིང་དང་། གོན་པ་བཅོ་རྒྱུད་ས་
 དང་དེའི་བཤད་རྒྱུ། སྟོན་མོ་དེ་ཡང་དགོ་བའི་སྟོན་མོ་ལས་ཐིག་སྟོན་སྤང་རྩལ་སོགས་ལ་དབྱེ་ཞིབ་ཁྱེད་
 ཙམ་ཞུས་ཡོད་དོ།

དངོས་གཞི།

༡. གྲུ་སྟོན་སྒྲིང་ཐེ་འདི་དགོས་པ་དང་གཞན་དག

ས་གནས་འདིའི་གྲ་སྟོན་ནི་ཡལ་ཆེ་བས་ལོ་གངས་བརྒྱད་ཅུར་སོན་པའི་ལོ་སར་ཆོས་གསུམ་གྱི་ཉིན་མོར་
 རོལ་བ་ཞིག་ཡིན། དེ་ནི་འཇིག་རྟེན་རྟིང་པའི་དུས་ནས་སྤེལ་སྤོང་ལ་ད་སྟེང་སྤེལ་བཞིན་འདུག
 གཙོ་བོ་སྟེགས་མའི་དུས་འདིར་ཀན་པ་ཆོས་ཆེ་ལོ་རིང་བོར་མི་སྤུབ་པ་དང་བརྒྱད་ཅུ་ལ་འབྱུང་མཐུན་ཉུང་
 པའི་རྟེན་གྱིས་ལོ་ལོ་ན་ཞིག་ལོ་གངས་བརྒྱད་ཅུར་སྤེལ་བས་དུས་དགའ་ཉོན་ཞིག་སྤེལ་སྤོང་དར་བ་རེད། དེའང་
 འདི་འདྲ་ཞིག་སྟེ། སྤྱིར་དུ་ཆོད་ས་ཁུལ་ལ་མཆོན་ན་ལོ་གངས་ལྔ་བརྒྱའི་རྟེན་ནས་ལོ་ལོ་ན་དུ་ངོས་འཛིན་
 ལ་ལྟ་བའང་རྟིང་བ་གྲལ་དག་རེ་མ་གཏོགས་གསར་བ་གོན་མཐུན་ཉུང་ཉུང་ཡིན། འོན་ཀྱང་ལོ་ན་བརྒྱད་
 ཅུར་སོན་པའི་ཉིན་དེར་གྲིས་ཚང་གིས་ལོ་ལོ་ན་དང་འཆོས་པའི་ལྟ་བ་གསར་བ་ཞིག་བཅོས་ཏེ་ཆོས་གསུམ་
 གྱི་ལྔ་མོ་ལོ་ལོ་ན་དེར་གོན་དུ་འབྱུག་པ་དང་། དེང་སྟོན་ཆུ་དཀར་ཁ་ཞིག་གིས་ཁ་ལག་བརྒྱས་ཏེ་མཆོད་
 ཁང་དུ་ཕྱག་གསུམ་འཆོལ་བའི་སྤོང་ལོ་དང་དེ་ནས་བརྒྱད་ཅུར་སོན་པའི་ལོ་ལོ་ན་གྱིས་འགོ་བློན་ནས་བཟུང་
 ཆོད་གང་བོས་མཆོད་མཇུག་བྱས་ཏེ་ནང་ཇ་ལ་བྱིས་མི་ཆོད་མས་ཆུ་གཏོས་ཤིག་བཟུང་སྤོང་ལོ་འདུག དེ་
 ཡང་རྒྱུག་པར་ཞོགས་ཇ་ལ་གཏོས་མ་རེ་མོས་པས་རང་ཉིད་བོད་ཕྱག་ཆུ་གཟུན་ཞིག་ཡིན་པར་ར་སྟོན་
 བྱ་ཆེད་ཡིན་ཡང་། འདིར་བརྒྱད་ཅུར་སོན་པའི་ལྔ་མོ་དམིགས་གྱིས་བཤད་སྤོང་ལོ་ཞིག་ཏུ་ལོ་བརྒྱ་སྤུབ་པའི་
 རྟེན་འབྲེལ་དུ་དམིགས་པ་ཡིན་ལ། མདོར་དེའི་ན་ལྔ་རྩ་རྩེ་ཆུ་གཏོས་མོས་པས་ཆོ་ཐག་ཇེ་རིང་དུ་འགྲོ་བེར་
 བ་དེ་རེད། ད་དུང་གྲ་སྟོན་ཉིན་གྱི་ལྔ་རྩེའི་ཞོགས་ཇ་འཐུང་ཆར་ཇེས་ལོ་ལོ་ན་ཁོང་རང་བྱིས་གྱི་མཚོ་སར་
 བཟུང་དེ་ཉི་རིང་ཆོར་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ལེགས་སྟེགས་འབྲུལ་རྒྱུར་གྱི་སྟེགས་བྱ་དགོས། གནའ་ལྔ་མོར་གཉེན་ཉི་
 ཆོད་མས་བརྒྱད་ཅུའི་ཀན་པ་ཆོར་ལེགས་སྟེགས་ལ་དཀར་པོ་ལ་ཆ་འཁྱིག་ཅིག་གི་ནང་དུ་མར་ཉུང་ཅས་སྤྱར་
 ནས་འབྲུལ་སྤོང་ལོ་དང་། ལོ་ལོ་ན་ཆོས་ཀྱང་གྲ་སྟོན་ལ་ཡོང་བའི་ཉི་འབྲེལ་ཆོར་ཀ་ར་དང་མེལ་རྟོག་སྤར་
 མའི་ནང་རྟེན་འབྲེལ་ཅས་རེ་སྟེར་རྒྱ་ལས་དཔལ་འབྱོར་གྱིས་དཀར་པོ་ལ་ཏ་ཅང་ལྷེ་བས་སོ་སོའི་ཡིད་ཆོས་
 པའི་ལེགས་སྟེགས་རེ་ག་ལ་ཡོད། ཡིན་ཡང་དེང་གི་དུས་འདིར་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཆ་རྒྱུས་འབྱུར་བས་མི་
 སྟེར་དང་བྱིས་ཆོད་། རྒྱལ་ཁབ་དང་མི་རིགས་གང་ཡིན་ཡང་འཆོ་བའི་ཕྱོགས་ནས་དཀར་པོ་ལ་དེ་འདྲ་
 མེད་རྟེན་དུ་ཆོད་ས་གནས་འདིར་ཡང་ད་སྟེང་གྲ་སྟོན་གྱི་ལེགས་སྟེགས་ལྟ་ཉི་རིང་ཆོས་གཙོ་བོ་བརྒྱད་ཅུར་
 ལོན་པའི་ཀན་པ་དེའི་རྩ་སྟེན་གྱི་ཐང་ག་དང་ཆོས་སྟེན་གྱི་དཔེ་ཆ་སོགས་ལྟ་རྟེན་ཆོས་གསུམ་གྱི་ལེགས་སྟེགས་
 འབྲུལ་ལ། བརྒྱད་ཅུའི་ཀན་པ་ཆོས་དཔལ་གྱིས་བཞེངས་པའི་མ་ཏི་ལག་འཁོར་དང་རྒྱུན་རས་གཟིགས་གྱི་

སྤྱི་འདྲ། ཡང་ན་སྤྱིར་མའི་སོགས་སྤྱིར་བ་ལས་དཀར་ཡོལ་དང་སེལ་དྲོག་སྤྱིར་མཐན་ཉུང་ཉུང་ཡིན། ལེགས་སྤྱིར་འབུལ་སྐབས་ཉེ་མི་རྣམས་གཙོ་བྱས་ཏེ་ཕྱེ་མི་ཡོངས་ཀྱིས་ཁ་བཏགས་ཤིག་དང་རང་གིས་འཛོམས་ཚོད་ཀྱི་ལེགས་སྤྱིར་རེ་བྱེད་ནས་ལོ་གཡང་ལེན་དུ་འགྲོ་ཞིས་སུ་ཞིག་ཐོག་མར་ལོ་ལོན་དེའི་བྱ་སྤྱོད་ལ་ཐོན་པར་འཕྲོག་ཚོད་རྒྱག་པ་དང་། དེའང་མི་སུ་ཞིག་གིས་ལོ་ལོན་དེའི་ལོ་གཡང་ལེན་ཐུབ་ཚེ་དེ་ནི་ཁ་ལས་རྒྱང་རྩ་དར་བའི་མི་ཞིག་དུ་བརྟེན་བཞིན་ཡོད། འདི་ལ་སྤྱིར་བཏང་གི་སྤྱོད་མོ་དང་མི་འདྲ་ས་ཞིག་ནི་མཐོན་བཏང་རྒྱག་སྤོལ་མེད་ལ་འབྲོད་ཀྱང་མི་དགོས་པར་རང་འབྲལ་གྱིས་ཡོང་མཁན་མང་། དེ་བས་བཤད་སྤོལ་ལ་རང་གི་མི་ཚོ་འདིར་བྱ་སྤྱོད་དང་གོ་སྤྱོད་གང་ཅུང་སྤྱོད་ལོ་ལོན་གསུམ་གྱི་ལོ་སྐལ་ལེན་ཐུབ་ན་ཚོ་ཐག་རིང་ཞིང་ཁ་ལས་རྒྱང་རྩ་དར་བར་བཤད་པས་ནན་དར་གཞོན་གསུམ་ཚང་མས་ཏ་ཅང་གཅིག་ཆེན་བྱེད། ང་ཚོས་ལེགས་སྤྱིར་དུ་བྱ་སྤྱོད་གྱི་ཉེན་འབུལ་བ་ལས་ལོ་དེའི་ལོ་མཚུག་དང་ལོ་རྩེས་མར་སྤྱིར་སྤོལ་མེད། དེ་ནི་གཙོ་བོ་བྱ་སྤྱོད་གྱི་དགའ་སྤྱོད་སྤོལ་བའི་ཉེན་མོར་ཐུལ་ན་ལེགས་པར་བཤད། རྒྱ་མཚན་ལོ་ལོན་ཁོང་ལ་དོ་སྣང་དང་བཀྲུན་བསྐྱེད་ཉེད་སྤངས་ཤིག་ཡིན་པས་རེད། གལ་སྲིད་བྱ་བའི་སྤྱོད་གྱིས་ཡོང་མ་ཐུབ་ན་འང་གཞན་གྱི་ལག་དུ་བསྐྱར་བ་དང་རྩེས་སུ་རང་ཉིད་ཡོང་ནས་བྱེད་སྤོལ་ཡང་ཡོད་ལ། ཡུལ་འདིའི་བྱ་སྤྱོད་ནི་ཕལ་ཆེར་ཀུན་མཁྱེན་སྤྱི་ཕྱིང་གཉིས་པ་རྩེ་འཛིགས་མེད་དབང་བོ་ཚང་གི་དུས་ནས་ཡོད་པར་སྤྱང་། ང་ཚོའི་ཕྱེ་འདིར་དམ་པ་ཁོང་གི་ཐུགས་རྩེ་གཟི་བྱན་ལས་འབྱུངས་པའི་ཐོག་མའི་ཅ་བ་རྒྱག་རྒྱ་ཚང་། ཨ་ཕོ་གསུམ་སོགས་རིམ་བཞིན་འཕེལ་བ་ལས་ད་ལྟའི་སྤྱོད་མོའི་རིགས་འདི་དར་བ་རེད། ད་དུང་བྱ་སྤྱོད་ནི་སྤྱོད་མོ་ཐམས་ཅད་ལས་ལྷ་གས་ཤིག་ཡིན་པའི་བཤད་སྤོལ་ཡང་འདུག་གོ།

༡.གོན་པ་བཟོ་སྤངས་དང་དེའི་སྤྱོད་གྱི་བཤད་རྒྱུ།

ང་ཚོའི་ཕྱེ་བར་པོ་མོ་སུ་ཡིན་ཡང་ལོ་གངས་བརྒྱུད་ཅུར་ལོན་ཚོ་ཚོ་ལེན་དཀར་བོ་རེ་བཟོ་སྤོལ་འདུག་དེའི་གོང་ཁར་རྟགས་ཚིགས་ཉེས་སྤྱི་འཕྲོག་པའི་སྤོལ་ཞིག་ཆགས་ཡོད་ལ། དེ་ཡང་བཤད་རྒྱུ་ལྟར་ན་རྟགས་ཚིགས་གཅིག་གིས་ཚོ་འདིར་ལོ་བརྒྱུད་ཅུ་ལོན་པའི་རྟེན་འབྲེལ་དུ་བཤད་སྤོལ་ཞིག་དང་གཅིག་ཤོས་ཀྱིས་ཚོ་རབས་ཕྱི་མའང་མི་ཅུ་སྤྱིར་ནས་ཚོ་ཐག་རིང་བར་སྤོན་ལམ་ཐེབས་པར་ཕན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོད་ཅས་པའི་བཤད་རྒྱུ་ཞིག་ཀྱང་མཆིས། ད་དུང་ལྷ་བའི་ཕྱི་ནང་ཡང་ལོ་ལོན་ཁོང་དང་འཚོས་པའི་ཁ་དོག་ཅིག་བདམས་ཏེ་ཆེད་དུ་རང་གིས་བཟོ་ལ། རང་བྱིམ་དུ་བཟོ་ཤིང་མཐན་མེད་ཚོ་གཞན་ལ་བཀོད་སྤྱིག་

བྱས་ནས་བཅོ་ཅུ་འཇུག་སྐ་རགས་ཀྱི་ཁ་དོག་ཀྱང་དམར་བོ་ལས་གཞན་འདེམས་སྒྲོལ་མེད། དེ་བས་སྐ་
རགས་དམར་བོ་བཅིངས་ན་ཆོ་འདི་ཕྱིའི་ལམ་སྐྱ་དྲང་ལ་དཀར་ནག་ལས་འབྲས་ཀྱི་སྒྲང་དོར་གསལ་ཞེས་
གནའ་མིའི་དག་རྒྱན་དུ་བཤད་སྒྲོལ་མང་བར་བྲགས། གཞན་ཡང་ཞུ་དང་ལྷ་མ་སོགས་ལའང་ཁ་དོག་གི་
ཐད་བཤད་སྒྲོལ་ཕྱོགས་རེས་པ་རེ་ཡོད་པ་ནི། ཁ་ཤས་ཤིག་གིས་ལྷ་མ་གྱི་ཁ་དོག་ཀྱང་དཀར་བོ་ཡིན་དགོས་
ཟེར་མོད། འོན་ཀྱང་དེ་ནི་འཇིག་རྟེན་རྒྱུད་པའི་སྐབས་སུ་དར་བའི་ཕྱིང་ལྷ་མ་ལས་དང་སྐབས་ངས་མེད་
དུ་གྱུར་བཞིན་ཡོད། ཞུ་དང་ཆོ་ལེན་དཀར་བོ་གྱུན་པ་དེ་ཡང་དང་ཆོའི་བོད་འདི་ཁ་དོག་དཀར་བོ་ལ་དགའ་
བའི་མི་རིགས་ཤིག་ཡིན་པའི་བཤད་རྒྱུན་ལས། དུལ་འདིའི་དག་རྒྱན་ལའང་དྲིན་པ་མར་བཀྱར་བས་ཆོ་
འདིའི་བདེ་སྦྱང་རྟེན་ལ། གོས་དཀར་བོ་གྱུན་པས་ཕྱི་མའི་ལམ་སྐྱ་གསལ་ཞེས་བཤད་རྒྱུན་ཆོ་རེ་བ་རེ་
འདུག་གོ།

༡. བྱ་སྒྲོན་དེ་ཡང་དགེ་བའི་སྒྲོན་མོ་ལས་ཕྱིག་སྒྲོན་ཐང་ཚུལ།

ཕྱིར་སྒྲོན་མོ་སྒྲེལ་སྤངས་སྐྱ་ཆོགས་ཤིག་ཡོད་མོད། དེ་ལས་བྱ་སྒྲོན་ལ་དགེ་བའི་སྒྲོན་མོ་ལས་ཕྱིག་པའི་
སྒྲོན་མོ་མི་བྱེད་ཟེར་བའི་མདོ་ནི་ལོ་ལོ་ཆོ་ཁྱིམ་ཆང་གི་གཡང་དང་བསོད་ནམས་ཀྱི་རྟེན་གཞི་ཞིག་ཏུ་ངོས་
འཇིན་བཞིན་ཡོད་པས་བྱ་སྒྲོན་སྐབས་གོ་རེ་སྐྱ་ཆོགས་དང་། མར་ཐུང་གོ་ཞོ་སིལ་རྟོག་དམ་ཟས་རིགས་
ཀྱིས་ཐེར་ཁ་བསྐྱིགས་ཏེ་ཉེ་འབྲེལ་གཙོས་བྱ་སྒྲོན་དུ་ཡོང་བའི་མགོན་པོ་ཆོར་སྐྱེ་ལེན་གཟུབ་རྒྱས་བྱེད་པ་
ལས་དེ་རྟེན་དམིགས་ཀྱིས་ཤ་དང་ཆང་སོགས་བཀྱང་བའི་རིགས་བཤམས་སྒྲོལ་མེད། དེ་མིན་བྱ་སྒྲོན་ལ་
གཞན་པའི་ཆོས་བཅའ་ཚུལ་ནི་རྒྱ་བ་དང་བོའི་ཆོས་གསུམ་ནས་ཆོ་འབྲུལ་སྒྲོན་ལམ་ཆེན་མོའི་བར་ཡིན་
པས་རྒྱ་བ་དེའི་ཆོས་བརྒྱུད་དང་བརྟུ་གསུམ། བཙུ་ལ་སོགས་དུས་ཆེན་ཁྱུང་པར་བ་ཞིག་ལ་རང་དགོན་གྱི་
ལྷ་ཁང་འདུ་ཁང་དུ་མཆོད་མེ་བརྒྱ་ཆར་སྦྱང་ཆར་བྱས་ནས་བསྒྲོན་པ་དང་། དགོན་ཐེ་ཁག་ལའང་ཁྱིམ་
ཆང་རང་རང་གིས་འཁྱོངས་ཆོད་ཀྱིས་བྲུ་རྩ་དང་མང་འབྱེད་སོགས་རྒྱག་པ། བྱ་སྒྲོན་བྱེད་སའི་ཆུན་པ་
ཁོང་མཆོད་མཇུལ་དུ་ཁྱིད་དེ་སྐྱེ་བ་སྒྲོན་མར་བསགས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱིས་ཆོ་འདིར་མིར་སྐྱེས་ནས་ལོ་
ཟུངས་བརྒྱད་རུར་བཟད་ནའང་ཆོ་རབས་དུ་མར་མིར་སྐྱེས་ནས་གཞུང་དྲང་ཚུལ་མཐུན་ཞིག་ཏུ་འཁྱུར་
བར་སྒྲོན་ལམ་རྒྱག་ཏུ་འཇུག་པ་སོགས་ཆུན་པ་ཁོང་ཁྱིམ་ཆང་གི་ཕྱགས་ཀྱི་གཡང་དང་གོ་ཁའི་དྲོད་ཅིག་
ཏུ་བཀྱར་སྒྲོལ་ཡོད་ལ། དེ་བས་བོད་གངས་ཅན་གྱི་སྤྱོད་འདིར་མེས་པོ་བཀའ་དྲིན་ཅན་ནམས་ཀྱིས། ཞེ་

ས་དང་། གྲས་ཞབས། ཆེ་མཐོང་། ཤན་པ་དང་ཡོན་ཏན་ཅན་ལ་གོང་དུ་བཀྲུང་བ་སྟགས་ལ་རབས་སྤྱོད་
བཟང་འདི་བདེ་སྤྱིང་གི་ཅ་བར་དགོངས་ནས་ཡུན་རིང་འབད་བརྩོན་གྱིས་དར་སྤེལ་མཛད་པའི་སྟེན་རྒྱན་
ཡང་དག་པ་རྣམས་རྒྱུད་འཛིན་བྱས་ན། ལྷང་བའི་བདེ་སྤྱིང་ལ་ཕན་པས་མི་ཉམས་རྒྱུད་འཛིན་བྱ་རྒྱུ་
གལ་འགོངས་ཆེ་བ་སྟགས་ང་ཚོར་བཞག་པའི་ནོར་བུ་དོག་ཅིག་ཏུ་གདམས་པར་སེམས། སྤྱིར་སྟོན་མིའི་
སྟོར་འདི་དག་རྒྱན་ཐན་ཐུན་ལས་བྱུང་བས་ཁ་གསལ་ཁྱུངས་དག་ཅིག་བརྗོད་མཐོང་མཐོང་མེད། ལྷག་པར་གྱུ་
སྟོན་གྱི་སྟོར་ཡང་དོན་ཚད་པ་ཞིག་ངས་ཀྱང་སྤང་ཁག་པས་ད་ནི་དེ་ཙམ་གྱིས་འབྲས་པར་བྱའོ།

མཁུག་བསྟུ་བ།

མདོར་ན་ང་ཚོས་རྒྱུད་ས་ནས་ཀྱང་རང་སྤེའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་སྟོན་གོམས་གཤིས་གྱི་རིག་
ཐང་ཕྱིར་འདོན་བྱ་རྒྱུ་དང་ལྷག་དོན་མི་རིགས་ཤིག་ལ་མཚོན་ན་ཡུལ་སྟོན་གོམས་གཤིས་དང་སྐད་ཡི་གེ་
ནི་མི་རིགས་དེའི་སྒྲ་སྟོན་ལྷ་བྱུང་གྱུར་བས་སྤེལ་ནས་མི་རིགས། མི་རིགས་ནས་རྒྱལ་ཁབ་ལ་འདར་དེའི་
འཕགས་ཀྱི་ཐེབས་པས། ད་ལྟ་འཛམ་བུའི་སྤྱིང་འདིར་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་དང་བསམ་སྒྲོ་ཀུན་སྤྱོད་ཅེས་
འགྲམ་རྒྱ་ཐང་བཞིན་པ་མཛོན་སྤྱོད་མེད། དེ་དང་མཉམ་དུ་ང་ཚོས་གང་དུ་འདར་རིག་གནས་ཁྱུང་པར་བ་
རེ་ཡོད་པ་དེའང་ཁྱབ་བཤལ་དང་དར་སྤེལ་དུ་གཏོང་རྒྱ་དབྱ་ནག་བོད་མི་རེ་རེའི་སྟག་ཏུ་བབ་པའི་འོས་
འགན་ཞིག་ཏུ་སེམས། དེའི་ཕྱིར་སྤེལ་གྱིས་ཀྱང་འདིར་བརྗོད་པར་བྱ་བའི་དབུལ་རུའི་གྱ་སྟོན་གྱི་བྱུར་ཙམ་
སྤྱིང་བ་ དེ་ཡང་དམངས་སྤྱོད་ཀྱི་འཆོ་བའི་ཉམས་སྤྱོད་དང་རྒྱས་ལོན་བྱས་པས་མི་འདང་བ་སྟགས་གཙོ་
བོ་གྲས་པོར་སྤེལ་སྟོབས་གྱི་ཤེས་རབ་དང་རྒྱུངས་སྟོབས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་དམན་ཕྱིར། བྱིས་ཚད་ཐམས་ཅད་
རྟགས་བཤད་ཙམ་ལས་ཕྱེ་བྱག་ཏུ་འབབ་ཐུབ་མེད་ལ། འདིར་བདག་གིས་ནོར་འཛེལ་དང་མི་འདང་ས་ཅི་
མཆིས་ཀྱང་རང་ཡུལ་ལ་དུངས་ཞེན་ཆེ་བའི་དྲན་དབང་ཚོས་དགོངས་པ་སྟུག་བརྗོད་དང་ཉེས་བཤད་ཐེར་
འདོན་གནང་རྒྱ་སྤྱིང་ནས་རེའོ།

སྟུག་བ།

ཀུན་གསལ་བུ་མོའི་བཞིན་རས་བསྐྱེབས་མཛོང་ནས།

ལྷག་བསམ་རྒྱ་འཛིན་བརྟེན་པའི་རྒྱན་པོའི་སྟོན།

གཙང་བྱེད་བདུད་ཅིའི་ཆར་རྒྱན་འབབས་ལ་བརྩོན།

བདེ་མཆོག་ཁང་བཟང་མཛེས་པའི་དཔལ་དུ་ཤར།
རི་རྒྱུའི་འཕྱོར་ལ་བན་བས་པའི་འཛོ་སྒྲིག་གིས།
ཡངས་པའི་འཇིག་རྟེན་ཁྱེན་ལ་སྒྲད་མོ་བསྐངས།
སྤྲོ་ཆོགས་གཏམ་གྱི་འཁོར་ལོ་རྩལ་བརྒྱད་པའི།
མོར་འཛོལ་འབྲུལ་བའི་དྲི་མ་བསལ་དུ་གསོལ།

བཅར་འདྲི་བྱེད་ལྟལ། དུལ་པའི་སྒྲིང་བ་སྐལ་ཤེར། ཀ་སྒྲ།

མི་ཁྱོན་མཛོད་གཞི་སྤྱིང་དཀར་ཁྱེ་བའི་གཉེན་སྟོན་སྒྲུབ་སྤངས་རོལ་ཅམ་སྤྱིང་བ།

ཐག་ཚེ་རིང་། མཛོད་དགོ།

[ནང་དོན་གནད་བསྟུན།] སྤྱིང་དཀར་ཁྱེ་བ་ནི་མདོ་སྨད་སྟོན་རྒྱུད་གྱི་མཛོད་དགོ་གཡང་ཐུན་ཕྱག་མོའི་ནང་ཚན་
དུ་ཆགས་ཡོད་ལ། ཁྱེ་བ་དེ་ནི་འཕྲོག་ཁྱེ་དོ་མ་ཞིག་ཡིན། མི་རབས་མང་པོའི་རིང་ལ་རྟ་རྟོར་ལྷག་གསུམ་ལ་བརྟེན་
ནས་འཚོས་ཤིང་འཕྲོག་བའི་འཚོ་བ་དང་འདྲེས་བའི་གོམས་སྟོལ་མང་པོ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། དཔེར་ན་སྟོན་
དང་གཉེན་སྟོན་སྟགས་པ་ཡུལ་རང་གི་བྱང་ཚས་ཐུན་བའི་གོམས་སྟོལ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད། དེའི་ཕྱིར་ངས་འདྲིས་
རང་གི་པ་ཡུལ་སྤྱིང་དཀར་ཁྱེ་བའི་གཉེན་སྟོན་གྱི་མགོ་མཁུག་བར་གསུམ་ལ་ཚང་དགོས་པ་གང་དག་ཡོད་པ་སྤྱིང་
དཀར་ཁྱེ་བའི་གོམས་སྟོལ་དང་མ་བུལ་བའི་སྟོན་སྟགས་ཡོད།

དང་པོ་གཉེན་འདེབས་སྤངས།

པ་མ་སོ་མོའི་རང་གི་བྱ་སྤྱོད་གིས་གཉེན་སྤྱོད་བྱ་དགོས་ཚེ་བྱ་སྤྱོད་ལ་སྟོས་མི་དགོས་པར་པ་མ་སྟགས་
པན་ཚུན་འཐད་པ་བྱུང་ན་གཉེན་སྤྱོད་བྱ་ཆོག། གཉེན་ཐག་གཅོད་སྐབས་བྱིམ་ཚང་ལ་ལས་དདུལ་སྐོར་
བཅུ་ཉེར་ནི་ཡོད། ཉི་ཤུ་དང་ཆེས་མང་ན་དདུལ་སྐོར་སུམ་ཅུ་ལས་ཡན་ཉེར་མ་ཐན་མེད། གལ་ཏེ་བྱ་མོ་
ཞིག་བྱིམ་ཚང་གཞན་དུ་འགྲོ་དགོས་པའི་དབང་དུ་བཏང་ན་བྱ་མོ་དེར་རྒྱུན་ཆ་དང་རྒྱུན་གོས་སྟགས་རྒྱུན་
རྒྱུ་ཡོད་ན། ཚང་མ་བྱ་མོ་རང་གི་བྱིམ་ཚང་གིས་བྱ་སྤྱོད་དགོས། ཕྱགས་ཉི་ཤུ་སུམ་བཅུ་ཅམ་ཉེར། ལོ་
བཞི་འམ་ཁྲ་ཅམ་གྱི་ཡུན་ལ་བྱ་མོའི་བྱིམ་ཚང་གིས་བྱ་མོ་ལ་ཟས་གོས་སྟགས་བྱ་སྤྱོད་ཤིང་བག་མ་
འགྲོ་སའི་བྱིམ་ཚང་དེའི་འགན་ལེན་སྟོལ་མེད། གལ་ཏེ་དུགས་བཅུ་ཅམ་ཞིག་ཉེར་མ་ཐན་གྱི་བྱིམ་ཚང་
ཡིན་ན་རང་གི་བྱ་མོ་ལ་མི་ལོ་གཉིས་ཅམ་གྱི་ཡུན་ལ་ཟས་གོས་སྟགས་སྤྱད་དེ་བག་མ་འགྲོ་སའི་བྱིམ་ཚང་
གིས་འགན་ལེན་བྱེད་མི་དགོས།

གཉིས་པ། གནས་ལ་འགྲོ་སྤངས།

ཉིན་བཟང་སྐར་བཟང་ཞིག་ལ་མག་པ་རང་གི་ཕུ་བོ་དང་གཉེན་ཉི་གཙོ་བོ་མི་བཅུ་གསུམ་གྱིས་རྟ་མཚོ་ག་
དཀར་པོ་ཞིག་ལ་སྟོན་ཆ་བསྟོན་ཉི་བག་མ་བསུ་བ་ཆས་འགྲོ།

བྱ་མོས་ངེས་པར་དུ་རྟ་དཀར་པོ་ཞིག་བཞོན་དགོས་ལ། རྟ་ལ་མ་ཞོན་པའི་ཕྱོན་དུ་བྱིས་ནས་གཡང་
འབོད་དང་བཀྲ་ཤིས་ཁ་གཡང་བྱ་དགོས། བྱ་མོ་དང་ཚས་གཡང་འབོད་དང་ལྷན་དུ་བྱ་མོ་དེའི་ཨ་མས་
བལ་གྱི་ཁྱལ་མ་ནས་ཀྱིས་ཁེངས་པ་ཆ་གཅིག་བཟུང་། སྤྱིད་ཉི་མ་འདི་ཁྱེད་ཀྱིས་བྱིས། གཡང་རྒྱ་མཚོ་
འདི་དང་ལ་སྦྱར། ། ཞེས་ལན་གསུམ་པོས་ཤིང་བྱ་མོའི་ལག་དྲུ་བལ་སོན་མ་ཐག་ཐག་རྟེན་ནས་སྤངས་ཏེ་ས་
གཞན་དུ་གཡུག་དགོས། ད་དུང་བྱ་མོའི་ཨ་མས་རྒྱ་ལ་འོ་མ་བསྐྱེས་པའི་རྒྱ་དཀར་ཚོས་བྱ་གསུམ་བྱ་མོའི་
ཕྱོགས་སུ་མཚོད་དགོས། བྱ་མོས་རྟ་ལ་མ་ཞོན་པའི་ཕྱོན་དུ་རྟ་དཀར་པོ་དེ་བྲིད་ནས་སྦྲ་ལ་སྒྲོར་བ་གསུམ་
བྱེད་སྒོལ་ཡོད་ལ། དེའི་རྗེས་རྟ་ལ་ཞོན་ཏེ་གནས་ལ་འགྲོ་སའི་ལམ་དུ་ཁྱལ་མ་ཚོགས་ལག་པ་ཆོང་གི་སྒྲོལ་
ཚོན་པ་ན་རྟ་ཁ་འཕྲིད་མཁན་གྱིས་གཡང་དུང་གི་འགྲམ་དུ་བག་མ་རྟ་ལས་པ་བ་སྟེ་ཕྱག་རྒྱ་ལེན། དེ་ནས་
རྟ་ཁ་ལེན་མཁན་གྱི་འགྲམ་ན་བྱ་མོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེས་རྟ་བ་ནས་བཟུང་སྟེ་བྱིས་ལ་འཕྲིད་དགོས། བྱ་མོ་
གནས་ལ་སོང་སྟེ་ལོ་གཅིག་འགོར་དུས་བྱ་མོའི་བྱིས་ནས་མི་བདུན་བྱ་མོ་བསུ་མ་བྱེད་དུ་ཡོང་དགོས། ཡང་
བསྐྱར་བྱིར་སྟེལ་མ་བྱེད་སྐབས་མི་བརྒྱད་དམ་བྱིས་ལ་ཡར་བསུ་སྐབས་མི་བདུན་ཡོད་ན། བྱིར་མི་བརྒྱད་
དེ་མདོར་ན་ཡར་བསུ་སྐབས་ལས་མི་གཅིག་གིས་མང་དུ་གཏོང་དགོས། བག་མ་བྱིར་བྱིས་དུ་འགྲོ་ཁར་
གནས་ཆོང་གིས་ལ་བ་ཆ་ཆོང་ཞིག་ཉིས་ཏེ་བག་མ་བྱིར་རང་བྱིས་ལ་མངགས་སྒོལ་ཡོད།

ཨ་ཁུ་སོགས་མི་འགའ་ཡིས་བྱ་མོ་བྱིར་རང་བྱིས་དུ་བསུ་བ་དང་མག་པ་ཆོང་གིས་བྱ་མོ་ལ་ལེགས་སྟེས་
ཏེ་གོ་རེ་དང་ཁུ། གོས་ལ། དེལ་སྒྲོར་སོགས་སྟེར་སྒོལ་ཡོད། བསུ་དུ་ཡོང་མཁན་གྱི་ཨ་ཁུ་སོགས་ལ་
དམིགས་ཀྱིས་ལ་བ་དང་ཁ་བཏགས་རེ་སྟེར་སྒོལ་ཡོད།

གསུམ་པ། སྒྲོན་མོའི་སྐབས།

སྒྲོན་མོར་ཚོན་ལ་ཉེ་དུས་ཨ་པ་དང་བྲ། ཨ་ཁུ་སོགས་སོང་ནས་སྒྲོན་མོའི་ཅ་ལག་ཏེ་བ་དང་བྱིས་མི་
ཚས་གྲོ་མ་དང་ཤ་མར་ཐུད་གསུམ། ཁུ། ཞོ་སོགས་ཤ་སྟོག་བྱེད་པ་ཡིན། སྒྲོན་མོའི་ཉིན་ལ་བསྐྱེབས་དུས་
སྤར་ཁ་རྟ་ཅང་ཤལ་དག་ཅིག་བཤམས་པ་དང་སྒྲོམ་རྒྱ་སྒྲ་ཚོགས་དང་ཞོ་ཐུད་གྲོ་མ་དང་ཤ་འབྲས་གྲོ་ཀར་
སྒྲ་ཚོགས་ཀྱིས་བསུ་མ་བྱ་ཞོ་མ་པ་ཞིག་བྱེད་ལ། ད་དུང་ཐུག་པ་དང་ཆང་། ལྷ་གར་དང་ཁ་མཚར། ཆེད་མོ་
སྒྲ་ཁ་མང་བོ་ཞིག་ལ་རོལ། གལ་ཏེ་སྤྱ་ལེན་མ་ཤེས་ན་བྱེ་ཡིས་ཀར་བདུམ་ནས་ཀར་ཁས་ལེན་དགོས་པ་
དང་མོ་སྤྱ་ལེན་མ་ཤེས་ན་མོ་ལ་མི་མངགས་པར་མི་གཞན་གྱིས་ཆབ་བྱས་ནས་སྤྱ་ལེན་པ་སོགས་ཆེད་མོ་སྒྲ་

ཚོགས་ཤིག་ཡོད། རྟོན་མོ་ལ་རང་ཕྱེ་བའི་ཕྱེ་མི་ཚང་མ་ཡོང་སྟོལ་ཡོད་ལ་དམིགས་ཀྱིས་རང་ཕྱེ་བའི་བྱིས་
བ་ཚོར་ཀ་ར་ཁྱག་མ་རེ་སྟེར་སྟོལ་ཡོད།

བཅར་འདྲི་བྱེད་ལུ། རོག་པོ་འབྲུག་པོ་རྒྱལ། རོག་པོ་དཀར་ཕུག

བཅར་འདྲིའི་དུས་ཚོད། 2015.6.7

བཅར་འདྲིའི་ས་གནས། རྒྱང་དཀར་ཕྱེ་བ།

མཚེ་སྒྲིབ་དཔལ་ལའི་གཞིན་སྒྲིབ་ཅུང་ཟད་དོ་སྒྲིབ་པ།

མཁར་བྱམས་ཆེ་རེད། མཚེ་སྒྲིབ་

དང་པོ། མག་པ་བསྐྱུ་ཚུལ།

དེ་ཡང་དཔལ་ལའི་ཡུལ་གྱི་གཞིན་སྒྲིབ་འདི་ཡང་མཚེ་སྒྲིབ་གཞིན་སྒྲིབ་ཅུང་ཟད་པར་གནའ་ནས་
 ད་པར་དུ་ཚུར་མག་པ་བསྐྱུ་བའི་སྐལ་ཏེ་ཅང་ཉུང་བར་མངོན་ཏེ། ལ་དཔེར། ལུ་མོ་འགྲོ་ས་གནས་དང་། །
 བན་ཚུང་འགྲོ་ས་སྐར། ། ཅེས་གཤམ་པ་ལྟར་པར་མག་པར་འགྲོ་མཁན་ཉུང་ལ་ལུ་མོ་ཚུར་ལ་བསྐྱུ་བ་མང་
 བའི་ཆོད་དུ་སྒྲེབས། བྱིས་ཆང་དེར་ལུ་མོ་གཅིག་ལས་མེད་ན། པ་མ་གཉིས་ཀྱབ་དུ་བསྐྱུར་ནས་གནས་ལ་
 འགྲོ་མི་ཅུང་ཞིང་གལ་ཏེ་དེ་ལྟ་བུའི་གནས་ཚུལ་ཡོད་ན་ཀྱན་གྱིས་ཁྲེལ་མེད་ཅེས་བརྗོད་པས་མི་གལ་དུ་འང་
 ཚུད་དཀའ་བར་འདུག་པས་མག་པ་ཚུར་བསྐྱུ་བྱ་དེ་རེད། བྱིས་ཆང་པར་ཚུར་གཉིས་ཀ་འཐད་པའི་སྒོ་
 གན་མག་པར་སྔོན་པ་དང་པ་མའི་གཤིས་ཚུད་དང་བྱིས་ཚུད་དེད་ནས་མག་པ་ཚུར་ཡོང་བའང་རེ་འགའ་
 བྱུང་བས་མནའ་མ་ཞིག་སྔོང་བ་དང་གཉིས་སྐྱ་མ་མཆིས་ལ། ལུ་དང་ལུ་མོ་རང་འཐད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་བྱུང་
 བ་ལུ་མི་ཕྱགས་ཀྱི་ཤ་ཉེ་འབྲེལ་དག་སོང་སྟེ་རང་འཐད་ཡིན་པ་སྟགས་བཤད་ནས་བག་མ་ཚུར་བསྐྱུ་ཅི་ཐུབ་
 བྱེད། བྱིར་ལུ་མོ་འགྲོ་ས་གནས་ཞེས་འཇིག་རྟེན་ལ་གཤམ་མོད། ལུ་མོ་གཅིག་མ་གཏོགས་མེད་ན། ལུ་མོ་
 གནས་ལ་སོང་ན་མི་འཆོམ་པ་སྟགས་ཀྱི་འབྲེལ་བཤད་བྱས་ནས་དགེ་སེམས་དང་བྱི་སྒྲེར་ལ་དམིགས་ནས་
 མག་པ་ཚུར་སྔོང་བར་འགྲོ་དགོས། གལ་ཏེ་མག་པ་སྔོང་ན་ལུ་མོ་སྔོང་བའི་འགྲོ་ཡུགས་དང་ཆ་ཀྱན་ནས་
 མཚུངས་ཏེ་དམིགས་གསལ་གྱི་དཀའ་ངལ་བྱུང་མ་སྔོང་བ་དང་ཡིད་མཐུན་བྱུང་ན་ཉེ་འབྲེལ་གྱི་སྒྲོར་ལ་
 གོས་མོལ་བྱས་ནས་ཆང་མ་འཐད་པ་བྱུང་ཆོ་ཉིན་བཟང་སྐར་བཟང་ཞིག་ལ་སྒྲིབ་མེད་སྒྲིབ་པོ་ན་བྱ་དགོས་ལ།
 བྱིས་པ་དེ་མི་འཐད་པའི་གནས་ཚུལ་བྱུང་ན། བྱིས་ཆང་གཞན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་སྟགས་བཤད་ནས་མག་པ་ཡོང་
 བར་རེ་བ་འདོན་པ་དང་ཡོད་ཆོད་གོས་མཐུན་གྱི་གནས་སྟངས་དེའི་འོག་ནས་ཉིན་དེར་རང་བྱིས་དུ་འབོད་
 ཅིང་། གཞིན་ཆང་ཆོས་ལུ་ལ་བསྟོད་པ་དང་བཟང་ཚོག་གི་རྒྱན་ཡིན་པ་སྟགས་དགེ་མཚན་མང་བོ་བརྗོད་
 དགོས་ལ། ལ་དཔེར། པ་ཆེན་ལུ་ལ་ཆོགས་ཆེན་བཞག་ནས། ། འདྲོ་རིགས་རྟ་པོར་གོང་ཆེད་བྱིན་ནས། །
 ཞེས་བྱུང་། ལུ་གཞན་ལ་སྟེར་དུས་ལུ་མོ་དང་མི་འདྲ་བར་སྒོ་འདྲི་ཡུལ་གྱི་མི་ཆང་མ་འཐད་པ་བྱུང་ནས་ད་

གཞོན་པ་མཁུ་པར་སྤྲོད་པའི་གོ་རིམ་ཡོངས་སུ་མཚུགས་པ་དགོས་པ་རེད། སྤྲོས་པ་ཚོ་མཁུ་པར་བྱིན་ཆོ་
རང་གི་ཨ་མས་གཉེན་རྟགས་བསྟུ་བར་མི་བྱེད་ཅིང་། དེ་དང་བསྟུན་ནས་དང་སངས་མཁུ་པར་འགྲོ་བར་གཉེན་
རྟགས་མི་ལེན་པ་སོགས་བྱུང་དང་འབྱུང་བཞིན་ཡོད་མོད། འོན་ཏེ། ས་ཆ་ག་གོ་མོར་གཉེན་རྟགས་ཚུར་
ལེན་པའི་སྒྲུབ་ད་དུང་མ་ཉམས་པ་ཡང་ཡོད་ལ། སྤྲོས་པ་ཚོ་མཁུ་པར་འགྲོ་དུས་བྱུང་མེད་ཆོ་དང་མི་འདྲ་
བར་གོས་ཆ་བྱ་ཞིག་དང་ཞོན་པ་ཉི་པའི་རེ་བ་ནན་གྱིས་ཁྱས་ཏེ་ཉོས་པ་ཅོམ་གྱིས་ཆོག་ལ། དེ་ནི་ད་ལྟ་
གནས་ཚུལ་གསལ་བ་ཞིག་ཏུ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱིན་གང་ལ། འདི་ལྟར་གོ་རིམ་ངེས་ཅན་ཞིག་གི་སྤྲོད་ནས་
ཕན་ཚུན་ཡིད་འཐད་བྱུང་ཆོ་ནམ་ཞིག་མཁུ་པ་སྤྲོལ་བ་དེ་མནའ་མ་བསུ་བ་ནང་བཞིན་ཉི་མ་བཟང་བོ་ཞིག་
གཏན་འབེབས་བྱས་ནས་གཉེན་སྦྲོན་བསྟུབ་ལ། དེ་ཨ་མ་དོའི་ཁ་སྒྲུབ་དུ་མཁུ་སྤྲོལ་ཟེར། དེ་ནི་བག་སྤྲོལ་
དང་སྒྲི་ཀུན་ནས་མཚུངས་པར་སྤྲོལ་མཐའ་ཉུང་། (རྒྱན་ལྗན་ལྟར་ན་མི་བཞི་ནས་བཅུའི་བར་ཡིན།) ལམ་
དུ་རིམ་གྱོ་མཚོད་ཁ་གསུམ་འཕེན་པ་དང་གཉེན་ཆོད་གི་ཁྱིམ་དུ་ཕེབས་རྒྱ་དེལ། ། ད་དུང་མཁུ་པ་ལ་རྒྱ་
དར་ཞེས་པའི་དངོས་པོ་ཞིག་འབྱུར་རྒྱ་ཡོད་པ་བཞིན་བག་མ་ལ་ཡང་བོ་རེས་(བྱ་རེལ)ཞེས་པའི་དངོས་པོ་
ཞིག་ཡོད་པ་ཀུན་ལ་གསལ། གཉེན་ཆོད་གི་ཁྱིམ་དུ་སྤྲོབས་པ་དང་དེ་ཆོད་གི་མཁུ་པ་རྩིང་བ་ཁ་ལས་ཅན་
ཞིག་གིས་ཆང་མཚོད་པ་དང་། མནའ་མ་རྩིང་བ་བཟང་མོ་ཞིག་གིས་རྩ་མཚོད་པ་སོགས་མཚོད་ཁ་འཕེན་
པའི་དུས་དང་བསྟུན་ནས་མཁུ་པར་རྒྱ་དར་བཤད། དེ་ལ་གོ་རིམ་ངེས་ཅན་ཞིག་ལྗན་པ་ལྟ་ཅི་སྒྲིམ། དེར་
སང་དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲུབ་རྒྱུན་བཟང་བོ་དག་ཡུན་གྱིས་བསྟུར་ནས་ཏ་ཅང་ཡང་པའི་གནས་སུ་སྤྲོད་གིན་པ་འགའ་
རེའང་ཡོད། ད་ལྟ་མིག་མཐོང་ལག་ཟེན་ལྟར་ས་ཆ་ལ་ལས་སྒྲུབ་བཟང་བོ་དེ་ལྟ་བུ་རྒྱུན་འཛིན་དང་
སྒར་གསོ་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པར་སྤྲོད། གཞན་མཁུ་སྤྲོལ་ལ་ཉིན་རྒྱུག་དང་ཞག་སྤྲོད་རིགས་གཉིས་ཡོད་ལ་
བྱ་མོའི་གཉེན་སྦྲོན་གྱི་གོ་རིམ་ནང་བཞིན་མགོ་བཟུ་ཤིས་པ་དང་མཚུགས་དོན་འབྲུབ་པའི་སྒོ་ནས་གཉེན་སྦྲོན་
ལ་བཟུ་ཤིས་དང་ཁ་གཡང་འབོད་པའི་ཡུལ་སྒྲུབ་ཆགས་ཡོད་དོ།

གཉིས་པ། མནའ་མ་བསུ་ཚུལ།

དཔལ་ཁའི་ཡུལ་གྱི་བྱུང་མེད་བག་མར་འགྲོ་སྤངས་ནི་ཅི་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་ཞེན། གཙོ་བོ་རང་ཉིད་ཀྱི་
ཕ་མ་དང་ཨ་ཁྱ། ཉེ་འབྲེལ་སོགས་གྱིས་ཐག་གཅོད་བྱེད་ཅིང་། རང་ཉིད་དགའ་བའི་བྱ་མོ་ཞིག་ལ་འཕྲད་
དུས་ཕ་མ་གཉིས་དང་ཨ་ཁྱ། རང་གི་སློགས་པོས་ཁྱིམ་ཆོད་བར་དུ་མགོན་ཆོབ་པ་ཞིག་མངགས་ནས་བག་
མ་སྤོང་དུ་འགྲོ་ལ། ཉིན་དེར་རང་གི་ཕ་མ་དང་ཨ་ཁྱ་སོགས་ལ་བག་མ་སྤྲོད་མིན་གྱི་གནས་ཚུལ་ཐོས་སུ་

ར་རྒྱའི་གཞེན་སྤྲེལ་སྐོར་རགས་ཅམ་སྤྲོད་པ།

མཚོག་གསུམ་སྤྲེལ་སྤྲོད་ཀྱི།

སྤྲོད་གཞི།

རྒྱའི་གཞེན་སྤྲེལ་གསུམ་གང་དུ་ཡོད་ལ། དེ་ནི་ཀུན་དགའ་བའི་སྤྲོན་མོ་ཞིག་དང་བྱིས་གཉིས་ཉེ་འབྲེལ་
འཛུགས་པ་ཞིག་ཡིན། འོན་ཀྱང་ས་གནས་སོ་སོའི་གཞེན་སྤྲེལ་མེ་འདྲ་ལ་ཐ་ན་ཐེ་བ་སོ་སོའི་གཞེན་
སྤྲེལ་ཡང་མེ་འདྲ་བས་འདིར་བདག་གིས་ར་རྒྱའི་གཞེན་སྤྲེལ་སྐོར་རགས་ཅམ་བཙུང་བ་ཡིན།

དང་པོ་གཞེན་སྤྲོད་དུ་འགྲོ་བའི་ཚུལ།

གཞེན་སྤྲོད་དུ་འགྲོ་སྐབས་སྐྱེ་མ་སྐྱེས་ལ་མོ་ཆེས་ལུང་གསུམ་ཞུས་ཤིང་ཉེན་བཟང་སྐར་བཟང་ཞིག་
བདམས་ནས་འགྲོ་བ་ཡིན། སྤྲེལ་བ་དང་སྤྲེལ་མ་གང་ཡིན་ཡང་གཞེན་སྤྲོད་ལུགས་ལ་བྱུང་པར་མེད། གཞེན་
སྤྲོད་དུ་འགྲོ་སྐབས་རྩ་དང་ཁ་བཏགས་སྐྱེས་མ་བྱུར་ན་ཚོག་ལ་འཐད་བ་བྱུང་ཆོ་འབྱེར་དགོས་པ་ཞིག་
ཡིན། གཞེན་སྤྲོད་མ་ཐོན་ནི་དེ་ཆང་གི་ཨ་ཁུ་དང་ཨ་ཁང་གང་ཅུང་ཞིག་ཡིན་དགོས་ལ། གཞེན་སྤྲོད་བའི་
བཤད་པ་ལ་འདྲ་“ཡ་ད་དེ་རིང་ནས་ལང་གི་དང་པོ། ཉི་ཤར་གྱི་ཆེ་མོ། རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཐོག་མ། ད་རྩི་ཉི་མ་
བོད་ཀྱི་སྐར་མ་བྱས་ནས། ས་ནག་པོ་འདྲེམས་ལ་འཇལ་ནས། རྟ་འདྲོ་བ་དོ་ལ་སྦྱང་ནས། གང་མེར་བྱ་ཐོང་
བཞིན་བརྒྱབ་ནས། ས་ཆུ་གཅིག་ཆུ་གཉིས་འཇལ་ནས། ཆུ་གསུམ་སྟག་གིས་མཐན་ནས། སྤོ་ཡར་རྒྱག་ཐོང་
པས་ཕྱིས་ནས། སྤོ་མར་རྒྱག་ཐོང་པས་མཐན་ནས། དེད་ཆང་མ་སྤོ་ཁར་བྱུང་ནས་གོ་ཁའི་འདུག་དོན་
བཤད་ན། གོས་འཕྲིག་གི་མི་རེད་ཟེར་རོ། རྒྱུན་འཕྲིག་གི་རྟ་རེད་ཟེར་རོ། ད་བྱུང་ཆང་གི་མི་རྒྱུད་ཅན་གྱི་
བུ་མོ་རྟ་རྒྱུད་ཅན་གྱི་ཐོར་མོ་འདི། ཁ་དཔེ་ལ་སྦྱན་བུ་མོའི་ཐོང་བ་གནས་ལ་བསྐོར་ནས། ལྷ་ནག་པོའི་སྤོ་
ཁ་ལྷས་ལ་བསྐོར་དགོས། ། ཞེས་པའི་དཔེ་ལྷར་ད་བྱུང་ཆང་གི་བུ་མོའི་ཐོང་བ་ཆུར་ལ་སྐོར་རོགས་” ཞེས་
སྐྱོགས་བཤད་ལ། གཞེན་སྤྲོད་ལུལ་ཆང་གིས་ཀྱང་དེད་ཆང་གི་བུ་མོ་བཟང་རབ་སྐྱོགས་ཀྱི་སྐད་ཆ་མང་
པོ་བཤད།

གཉིས་པ། ཉེ་བྱུང་ཚུལ།

གལ་ཏེ་འཐད་པ་བྱུང་ཆོ་རྒྱུ་བཟང་སྐར་བཟང་ཞིག་བདམས་ནས་ཁ་བཏགས་སྒྲེར་བ་ཡིན་ལ་དེའི་
སྐབས་སུ་ཇ་དང་ཁ་བཏགས་སོགས་འབྱེད་སྒྲིབ་ཡོད། སྒྲིབ་དེ་ལ་བྱིས་ཆང་དེ་གཉིས་ལ་ཉེ་བྱུང་ཟེར། དེའི་
རྒྱུ་སྒྲིབ་མའི་རྒྱུ་ཐག་གཅོད་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། ཁ་བཏགས་སྒྲེར་སྐབས་ཀྱང་“ཡ་ད་དེ་རིང་བྱེད་ཨ་ཁང་
ཆང་འཐད་པ་བྱུང་སྐར་ན་དེད་ཀྱིས་ཀྱང་མངག་པའི་མི་ཡིན་ནོ། ། འཕང་པའི་མདའ་ཡིན་ནོ། ། མངགས་
པའི་དོན་གོ་ཆང་སྐར་ནོ། ། འཕངས་པའི་མདའ་མོ་ཐོག་སྐར་ནོ། ། དྲུང་ཨ་ཁང་ཆང་བཀའ་དྲིན་ཆེ་”ཞེས་
སོགས་བཤད་ལ། ཨ་ཁང་ཆང་གིས་ཀྱང་“དེ་ཆང་གི་བྱ་བྱ་མོ་བྱིན་ནི་ཡིན་ལ་ཟས་ཁམ་གང་ཡོད་ན་
མཉམ་ཟ་བྱེད་པ་དང་སྐྱུག་ཡོད་ན་མཉམ་བྱུར་བྱེད་རྒྱུ་ནི་བྱེད་སྐོང་ནི་ཆང་ལ་བཅོལ་ནི་ཡིན་”ཞེས་སོགས་
བཤད།

གསུམ་པ། དངོས་སུ་སྒྲིབ་མོ་བྱེད་པ།

ནངས་སུ་མོར་ལངས་ནས་ཐེར་ཁ་སོགས་འཛོག་པ་དང་ཉེ་ཆེ་ས་ལ་བརྒྱབ་མ་ཐག་མནའ་མ་དང་མག་
པ་གང་ཡིན་ཡང་བསྐྱལ་ནས་ཐོན་དགོས། མ་བསྐྱལ་སྒྲིབ་ཆང་དེ་ཆང་གིས་བསང་ཞིག་བྱུང་པ་
ཡིན། དེ་ནི་རྒྱུ་འབྲེལ་ཞིག་ཡིན་པར་བཤད། སྐྱེལ་དུས་བྱ་མོ་ཡིན་ན་དེ་ཆང་གི་ཨ་ཕས་བྱ་མོ་དེའི་མིང་
ནས་བབྱང་ཞེ་སྒྲིབ་དང་སྒྲིབ་ཁ་བྱེད་ཀྱིས་བྱེད། གཡང་དང་མཛོ་མོ་ཨ་མར་ཞོག་ཅེས་ཟེར། ལམ་བར་དུ་རྒྱ་
ལེན་བྱ་མོ་སོགས་འཕྲད་ཆོ་རྒྱུ་འབྲེལ་ལ་ངོས་བབྱང་ནས་མཆོད་ཁ་འཕེན་པ་དང་ཁ་བཏགས་སོགས་
འདོགས་ལ་བསྐྱལ་ནས་ཐོན་མ་ཐག་ཐར་སྐྱེལ་ཡུལ་དེ་ཆང་གིས་བསང་ཞིག་བྱུང་དགོས། དེ་ནས་
གཞོན་པ་ནུས་ཀྱིས་རྟ་ཁ་སོགས་ལེན་པ་ཡིན། སྐྱེལ་མར་འགྲོ་མཐན་ནི་མི་ཅི་ཅས་སྐོང་ནའང་ཆོག་ མི་
མང་བོ་སྐོང་ན་དེ་ཆང་གི་སྒྲིབ་མོ་ཆར་དུ་འཇུག་ཅེས་ཟེར། རྟ་ཐོག་ནས་བསངས་མ་ཐག་མནའ་མ་མག་པ་
གང་ཡིན་ཡང་བྱེད་དཀར་ཞིག་གི་ཐོག་གཡང་དུང་ཞིག་བྲིས་ཡོད་ལ་དེའི་སྒྲིབ་དུ་འབབ་སྒྲིབ་ཡོད། དེའི་
སྒྲིབ་དུ་བབས་ན་དེ་ཆང་གི་བྱུགས་ཀྱི་ཅུ་མ་ཐང་ལ་བདའ་བ་དང་ཇེ་རྒྱས་ཇེ་ལེགས་སུ་སྐོང་སྒྲེ་ཁ་སོས་པ་
དང་ནམ་ལངས་ཞེས་ཟེར། དེ་ནས་བྱིས་དུ་ལོག་པ་ཡིན་ལ་ནང་དུ་ཐོན་མ་ཐག་དེ་ཆང་གི་དོ་ཆའི་ཐོག་དུ་
གོས་ཤིག་འཕེན་པ་ཡིན། དེའི་རྒྱུ་བྱི་ཐབས་འཛོན་མཐན་གྱི་བྱུང་མེད་ལ་སྒྲིབ་སྐྱེས་པ་གཞན་དང་གཉིན་
འཐོར་བྱུང་མ་སྐྱོང་བ་ཞིག་ཡིན་དགོས། དེ་ནི་བཟའ་ཟླ་དེ་གཉིས་མི་འཐོར་པའི་རྒྱུ་འབྲེལ་ཞིག་ཡིན།

བྱང་མེད་དེས་རྩ་བུ་མཚོད་པ་དང་རྩ་བུ་སྐྱོན་འདོན་ཞིང་། རྩ་བུ་མཚོད་ཀྱི་ཚིག་ནི་“ཡ་ད་དེ་མིང་
བཟླ་ཤིས་པའི་ཉི་མ་དོན་འབྱུང་པའི་ཉི་མ་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པའི་ཉིན་མོ་འདིར། གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་བྱང་
མེད་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་རྩ་བུ་མཚོད་ཀྱི་མཚོད་ཀྱི་ནགས་ལ་སོང་ཟིག ནགས་ནས་མ་རྟེན་རྩ་བུ་སོང་ཟིག་རྩ་བུ་
རྩ་བུ་བསེལ་མ་རྟེན་ཟིག རྩ་བུ་རྩ་བུ་བསེལ་མ་འདི་ཁ་ནས་བརྩམ་ན་གཡའ་དྲི་ཅ་ཟིག ཞབས་ནས་
བརྩམ་ན་འདམ་དྲི་ཅ་ཟིག བར་ནས་བརྩམ་དེ་རྩ་བུ་བསེལ་མ་འདི་རྟེན་ཟིག་ཟེར་རྒྱ་ཅན་ཞིག་རེད་
ལ་”ཞེས་སྐྱོན་ཟེར། དེ་ནས་དངོས་སུ་སྟོན་མོ་བྱེད་པ་ཡིན། དེ་རྩིས་མནའ་མ་དང་མག་པ་གང་ཡིན་ཡང་
སྟོར་འབྱུང་པ་དང་ཕྱིར་ཡོང་དུས་རྟོག་ནང་དུ་གདན་བཏིངས་ཡོད་ལ་དེའི་སྤྱིང་དུ་ཞུ་ཞང་ཚང་འདུག་
དགོས། དེ་ནས་གཞན་ཉེ་ཚོས་བྱིན་པའི་དགོན་སྐྱ་རགས་སྐྱོན་ཀྱི་ཁ་གངས་ལེན་པ་དང་དེའི་སྐབས་སུ་
སྟེལ་ཡུལ་ཚང་གི་ཨ་ཞང་གིས་མནའ་མ་མག་པ་གང་ཡིན་ཡང་སྐྱ་རགས་བཅིང་སྟེ། “ཡ་སྤྱིང་ཀྱི་མག་ཞབས་
ཆ་ལོ། ཡར་མོངས་དང་ཨ་ཞང་གིས་ཁྱོད་ལ་སྐྱ་རགས་ཤིག་བཅིང་ཡ”ཞེས་ཟེར། སྟེལ་མ་ཡིན་ན་སྟོན་ནང་
དུ་ཐོན་མ་ཐག་སྟེལ་ཡུལ་ཚང་གི་ཨ་ཞང་ཨ་ཞེ། འབྱུང་བ་སྐྱོན་ནང་དུ་མི་ཡོང་ལ་དེ་རྩིས་མི་ཞིག་
སྟོར་བྱེད་དེ་“ཨ་རོགས་ཨ་ཞང་ཚང་གི་ཚའི་དར་ཞིག་སྟོང་གི་མ་རིག་མ་གོ་ཚང་མས་མ་ཟེར”ཞེས་ཟེར།
དེ་རྩིས་ཚང་མས་འོ་ཡ་ཟེར་ནས་ད་གཞོན་ནང་དུ་ཡོང་བ་ཡིན། དེ་རྩིས་མ་སྟེལ་ཨ་ཞང་ཚང་ལ་རྩ་བུ་
སྟོང་བ་ཡིན། སྟོན་ཁ་བཏགས་ཤིག་སྟེར་བ་ཡིན་ལ་དེས་མི་ཚོག་ཟེར་ན། དེ་རྩིས་གོས་སྟེར་བ་དེས་ཀྱང་མི་
ཚོག་ཟེར། སྟེར་ཡང་གོས་སྟེལ་སྟེལ་སྟེར་བ་ཡིན་ལ་སྟོན་བཤད་སྐྱོན་བྱེད་པ་ཡིན།

བཞི་བཤད་ཉེ་མ་བྱུང་པའི་རྩ་བུ་

གལ་ཏེ་འཐད་པ་མ་བྱུང་ན་བྱིས་ཚང་དེ་གཞིས་ལ་ཉེ་མ་བྱུང་ཟེར། གལ་ཏེ་བྱུང་མེད་ཅིག་ཡིན་ན་
སྟོང་མཁན་ཚང་གིས་དགོང་མོར་སྟོང་ཡུལ་ཚང་གི་བྱང་མེད་དེ་བྱིང་བ་ཡིན། བྱིང་སྐབས་དེ་ཚང་གི་སྟོང་
ཁར་ཁ་བཏགས་ཤིག་འདོགས་པ་ཡིན་ལ་དེ་ནི་བྱིང་སོང་བའི་རྟགས་ཡིན། བྱིང་ཡོང་བའི་ལམ་སྐབས་སུ་
བྱང་མེད་དེ་ལ་རྩ་བུ་ཆ་སྐྱོན་བཏགས་པ་དང་དེ་ཚང་གིས་བྱ་སྤྱིག་བྱས་ཏེ་ཐོན་མ་ཐག་དགོང་མོ་དེར་སྟོན་
མོ་བྱེད་པ་ཡིན། ཕྱིར་ཉིན་ནས་ལངས་མ་ཐག་དེ་ཚང་གིས་ཁ་བཏགས་དང་གོས་སྟེལ་སྐྱོན་ཞེས་ནས་
སྟོང་ཡུལ་ཚང་ལ་ཐོན་དགོས། དེའི་སྐབས་སུ་འཐད་པ་བྱུང་ཆེ་སྟོང་ཡུལ་ཚང་གི་མནའ་མ་དང་མག་པ་
གཞིས་རྩིས་པོས་ཏེ་སྟོན་མོ་ཞིག་བྱེད་པ་ཡིན། དེའི་སྐབས་མ་འཐད་ཆེ་བྱང་མེད་དེ་དེ་མ་ཐག་ཕྱིར་སྟེལ་

དགོས། གལ་ཏེ་སྒྲིབ་ལུ་དེ་བྱ་ཡིན་ཆོ་བྱད་མེད་དང་འདྲ་བར་ཁྱིད་འགྲོ་བའི་སྒྲིབ་མེད་ལ་ཆུན་པ་སྟགས་
ལ་བྲིས་ཀྱང་དེའི་ཚུགས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་མེད།

མཐུག་གཏམ།

གཉེན་སྒྲིབ་ནི་མི་རིགས་གང་ཡིན་ཡང་དེ་ལ་དེའི་ལྷགས་ཀྱི་ཐུན་མེན་གྱི་བྱང་ཚུལ་མངའ་བའི་སྒྲིབ་
རེ་ཡོད་ལ། དེ་ལས་ཀྱང་རང་རེ་ལྟ་བུའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་རྒྱུན་རིང་བའི་མི་རིགས་ཤིག་ལ་མཆོན་ན། ས་གནས་བྱེ་
བྲག་རེ་རེ་ལའང་རང་རང་ལུ་གྱི་ཐུན་མེན་གྱི་རང་གཤིས་རེ་ལྡན། ངས་བྲིས་བའི་པ་ལུ་གྱི་གཉེན་སྒྲིབ་
འདིའང་རང་གིས་སྟོན་ཆོད་ཀྱིས་བྲིས་ཏེ་མཆོམས་འདིར་བསྐྱབས་དུས། ད་གཞོན་གཉེན་སྒྲིབ་ཅུང་ལྷགས་
པ་ཞིག་འབྲི་དགོས་ཆོ་དེ་ལ་དུས་ལྷན་ངས་ཅན་ཞིག་དང་རྒྱ་ཆ་འོས་འཆོམས་རེ་མཐོ་བར་གྲུ་རྟོགས་གསལ་
བོར་བྱུང་།

མགར་ཅེ་ཞོལ་མའི་ནེའུ་སྟོན་སྐོར་ཅུང་ཙམ་བཤད་པ།

ཁ་ཕྱི་ཆེ་རིང་རྒྱལ། རྒྱལ་མེད་ཆོང་།

སྒྲིང་གཞི།

རང་ཉིད་ནི་སྟོལ་རྒྱན་ལ་དགའ་ཞེན་ཆེ་བའི་སྟོབ་བྱ་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་མི་ལོ་དྲུག་ཟིན་ལ་ཁད་གྱི་
འབྲས་རྟགས་སུ་ཐེངས་འདིར་མཐར་ཕྱིན་ཆེད་ཚོམ་ལ་པ་ཡུལ་མགར་ཅེ་ཞོལ་མའི་ནེའུ་སྟོན་གྱི་སྐོར་ཅུང་
ཟད་ཅིག་བཤད་པར་སྟོ། དེ་ཡང་དག་རྒྱན་ལྟར་ན་ནེའུ་སྟོན་ཐོག་མར་བྱུང་བའི་དུས་ནི་བོད་རྒྱལ་སོ་དགུ་
བ་ཁྱི་སྒྲིང་ཐེ་བཙན་གྱི་སྐབས་ནས་བསྐྱེད་ཆེ་སྟོལ་ཆགས་པར་བཤད། དེའི་རྒྱུ་ལྡན་བསྐྱེད་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་
ཕྱི་རབས་པ་ཆེ་རིང་ཨེར་ཉི་ཆོས་གྱི་བརྒྱུད་པ་འཕུ་སྐྱེད་མང་གི་སྐོས་བཟླ་ཤིས་དབང་ཕྱུག་རབ་བཟན་གྱི་
རིང་ལ་དར་རྒྱས་སུ་སོང་བར་གྲགས།

སྟོན་ལྟ།

ལོ་དེར་བྱིས་ཆང་དེ་ཆང་གི་པ་མ་དང་ཉི་རིང་རྒྱམས་གཅིག་ལའང་མི་འཆོམས་པ་མ་བྱུང་ན་དག་ཐོང་
ལོ་མ་སར་ཐོན་དུ་གོ་རེ་སྟོན་ཆོགས་བཅང་བ་དང་། རྒྱན་བཟོ་བ། ཐེ་མི་རྒྱམས་རིས་སུ་མ་བཟུང་བར་ནེའུ་
སྟོན་ལ་འབོད་ཅིང་། སྟུ་ལེན་གར་ཆེད་སོགས་ལ་སོལ་ཅིང་ནེའུ་སྟོན་རྒྱ་ཆེར་བྱེད་པ་ཡིན། ཀ་ར་སིལ་རྟོག་
གི་ཐེར་ཁ་སྟོན་ཆོགས་བསྐྱེགས། གལ་ཏེ་ལོ་དེར་དོན་དག་མི་ལེགས་པ་བྱུང་ན་ནེའུ་སྟོན་ཆེན་པོ་མི་བྱེད་ལ་
མགོན་པོ་ཡང་སྟེ་ལེན་མི་བྱེད་པ་དང་ཤ་ཉེ་མ་གཏོགས་མི་འབོད་ཅིང་གྲ་སྐྱིག་སོགས་བྱ་ཞོམ་པ་མི་བྱེད།

ནེའུ་སྟོན་བྱེད་སྐབས།

སོ་སོའི་བྱིས་ཀྱི་བྱིས་པ་ལོ་གཉིས་དང་གསུམ་གང་ཅུང་ལ་སོན་པ་ན་སྐྱ་མ་སོགས་ཀྱིས་མོ་བཏབ་ཆེ་
བཟླ་ཤིས་པའི་ཉི་མ་ཞིག་གཏན་འཁེལ་བྱེད་ལ་པལ་ཆེར་མང་ཤོས་ཀྱིས་ལོ་སར་ཆེ་གཅིག་དང་ཆེ་གཉིས་
གསུམ་ཡིན། ནེའུ་སྟོན་གྱི་ཐུ་ཉེན་མདུན་ཅོག་ཐེར་མ་སོགས་མི་འདད་བ་ཡོད་ན་བྱིས་མཆོས་ལས་གཡར་
ལ་བྱི་དྲོའི་དུས་སུ་ཐེར་ཁ་གཞག་དགོས་ཤིང་། ཉེན་མོ་དེར་ཐུ་མོ་ནས་བསང་ཕྱད་པ་དང་བསང་ཅེ་ཁེས་
བྱ་བཏུན་གྱི་ཡན་འབྲེན་དགོས། དེ་རྒྱུ་ལྡན་སྐྱ་མ་པ་གང་ཅུང་ཞིག་བོས་ནས་བྱིས་པའི་ནེའུ་སྟོན་སྟེ་མངལ་

གྱི་དྲི་མས་གོས་པའི་སྒྲུབ་ཀྱི་དབང་ལུ་ཁྲུ་ལྷན་ཏེ་གོས་གསར་གྱི་ཁྲུ་། བྱིས་པ་དེའི་ཁ་ལ་
 ཞོ་སྒྲུབ་པ་དེ་ནི་ཁ་ལ་ཟས་འཁོར་པའི་རྟེན་འབྲེལ་དང་མགོར་དམ་པའི་གསུང་རབ་འཛོག་པ་དེ་ནི་མེས་
 པ་ཚོས་སྤྱོད་གས་པས་ཡིན་ཟེར། བྱིས་པ་མའི་རལ་བ་སྟེ་ཚོར་ལོ་འདྲགས་པ་དང་ཞུ་བྱ་བྱོལ་མའི་ཐོག་ཏུ་
 ཞུ་བ་ཚོས་སྒྲུབ་ཡང་ཡོད། གལ་སྲིད་བྱ་མོ་ཡིན་ན་ཞུ་སྒྲུབ་པོ་མི་ལེན་པར་མགོན་བྱ་དང་ལྷན་བྱ་
 བྱོལ་མའི་རྟེན་ཏུ་འདྲགས་པར་བཤད། དེ་མིན་ལ་ལས་ཞུ་སྒྲུབ་ཞོར་བྱ་བྱིས་པའི་བོད་ལྷར་ཁྲོ་རེལ་འགའ་
 འདྲགས་པ་དེ་ནི་གང་ཏུ་སོང་ཡང་རྟེན་སྒྲུབ་པའི་ཆེད་ཏུ་བཤད། ཉིན་དེ་ནས་བཟུང་བྱིས་པ་དེ་མི་གཙང་
 པའི་སྒྲིན་དང་བལ་ལ། མི་ཆེའི་མདུན་ལམ་དང་ཁ་རྩེ་དབང་ཐང་ཁ་ལས་སྤྱང་རྟ། ཆོ་བསོད་བསོད་ནམས་
 སྒྲིན་དང་འགོ་རྒྱལ་པའི་བྱིས་མི་དང་གཉེན་ཉེ་བྱིས་མཚོས་དང་མགོན་པོ་ཚོས་སྒྲིན་ཆད་བྱིས་པར་ལྷ་
 གསར་བ་དང་དཀར་ཡོལ་བཟུང་བྱིས་བཀའ་བ་སྟེར་ལ་ད་སྐབས་ཡོངས་བྱིས་སྐབས་བདེ་བྱས་ཏེ་སྒྲོར་མོ་
 འཛོམས་ཆེད་ཁྲུ་ཡོང་བར་བྱེད། མགོན་པོ་ཐོན་དུས་བྱིས་མི་སྒྲོར་བྱས་འཛོམས་འདྲི་བྱས་ཏེ་དགའ་
 པའི་འཇུག་བྱིས་བསུ་བ་དང་དུས་ཆོད་ངེས་གཏན་མེད་པར་མགོན་པོ་ཡང་ཕར་འགྲོ་རྒྱུར་ཡོང་བྱེད་ལ།
 དེ་ལྟར་མགོན་པོ་ནམས་ལ་འོ་ར་དང་། སྒོ་མ་མར་ལ། ཞོ་སྒྲིགས་རེ་རེ་བཞིན་འདྲན་པར་བྱེད། ཞུ་སྒྲིན་
 ལ་ཡོང་བ་དག་བྱིས་འགྲོ་དུས་བྱིས་པའི་ཞུ་སྒྲུབ་ཟེར་ནས་དངོས་པོ་གང་ཅུང་ཞིག་སྟེར་བའི་སྒྲུབ་ཡོད་
 པར་མ་ཟད་ཞུ་སྒྲིན་གྱི་བྱ་ཉིན་མ་གཏོགས་ཉིན་དེར་བྱིས་པ་སྟེ་ཅན་ཡིན་ན་སྟེ་གཙོད་གྱི་དགོས་དབང་
 གིས་ལོ་གཅིག་སྟེང་ཞུ་སྒྲུབ་ལེན་པའི་སྒྲུབ་ཡོད།

མཇུག་བསྒྲུབ་

འདི་ནི་རང་གི་ཚོ་མས་བཤད་པ་ལས་རྟོག་བཟོ་བྱས་པ་མིན་པས་ཁྱེད་སྟོག་པ་བའི་བྱགས་དང་མཇུག་
 པར་སྒྲོན།

ང་ཡུལ་སློམ་མང་གི་འདུ་ཁང་བཞེངས་ཚུལ་དང་དེའི་མཛད་སྤྱིའི་སྐོར་རོབ་ཙམ་གླེང་བ།

ཆེ་འོ་ལོ་བརྒྱུད་པོ།

སྤྲིང་གཞི།

མི་རིགས་ཤིག་ཡིན་ཕྱིན། མི་རིགས་དེ་ལ་འང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཡུལ་སྡེ་གོམས་གཤིས་དང་
རིག་གནས། ཚོས་ལུགས་དང་མོས་སྟགས་སོ་སོར་རང་རང་གི་ཐུན་མིན་གྱི་ཁྱད་ཚོས་དེ་ཡོད་པ་ནང་བཞིན།
རང་མེད་བོད་ལའང་དེ་འདྲའི་སྐད་དང་ཡི་གེ་སྟགས་ཏེ་ཅང་མང་ལ། དེ་ལས་ཀྱང་བདག་གིས་གླེང་འདོད་
པ་ནི། བོད་ཀྱི་ས་དགེ་བཀའ་སྤྱིང་གིས་མཚོན་པའི་དགོན་ཐེ་སོ་སོར་ཐུན་ཕྱོན་སྐྱེས་ཆེན་དུ་མའི་ལུགས་
བསྐྱེད་སློན་ལམ་གྱི་སྟོབས་ཀྱིས་བཞེངས་པའི་གཙུག་ལག་ཁང་སྟགས་བསྐྱར་བཞེངས་དང་གསར་བསྐྱར་བྱས་
ཏེ་འོད་ལམ་ལམ་དུ་ལེགས་འབྲུབ་བྱུང་བ་ལ། འདུ་ཁང་བཞེངས་ཚུལ་དང་དེ་ སྟགས་ཀྱིས་མཚོན་པའི་
སོལ་རྒྱན་མང་དུ་ཡོད། དེ་དག་ལས་བདག་གིས་མཛད་སྤྱི་སྐོར་རོབ་ཙམ་གླེང་བར་བྱལོ།

དང་པོ། འདུ་ཁང་བསྐྱར་པའི་མང་གཞིའི་སྐོར།

དེ་ཡང་ང་ཆེད་སློམ་མང་གི་འདུ་ཁང་ནི་མི་ཕལ་བ་ཞིག་གིས་ཅི་བསམ་གང་འདོད་དུ་བཞེངས་པ་ཞིག་
མ་ཡིན་པར་ཐོག་མར་དགོན་བདག་གྱེ་ལྟར་བ་འཇམ་དབྱངས་སྒོ་གྲོས་དོ་རྩེ་འཆང་གཙོ་བྱས་པའི་གྲ་ཆེན་
ནམས་ཀྱིས་ཕྱག་མོ་གཟིགས་པ་དང་། དེ་ནས་དགོན་པ་གྲ་ཆང་དང་གྲ་མ་སྡུལ་སྡུ་སོ་སོས་ཕྱག་ནས་གཏོར་
བ་སྟགས་བགྱིས་པས་གནས་དེ་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་ཤིང་། དེ་ནས་རིམ་གྱིས་གོང་རིམ་ལ་ཡར་ཁྱུ་སྟགས་
རིམ་པར་བརྒྱད་ནས་ཆོག་མཆན་ཐོབ་རྩེས་ད་གཟོད་འདུ་ཁང་བཞེངས་པའི་མང་གཞི་བསྐྱར། དེ་མིན་
དགོན་བདག་དང་ལས་མི། དགོན་པའི་དོ་དམ་མི་སྡུས་དབྱེད་དེ་ཡུལ་དེའི་དང་ལྗན་མང་ཆོགས་ཆོས་
མ་བསྐལ་དང་དུ་གྲངས་ནས་རང་ནུས་ཅི་སྟོགས་ཀྱིས་རྒྱ་ནོར་ཅུང་ཙམ་དེ་ཕུལ་ནས་འབྲེལ་འདྲིལ་དང་།
ཕྱོགས་སོ་སོའི་བྱིན་བདག་ནམས་ཀྱིས་རྒྱ་བ་སྐྱོར་འོག་འདུ་ཁང་བཞེངས་པའི་འགོ་བརྒྱུ་མས་ཏེ། རྒྱ་བོད་
སྟག་གསུམ་གྱི་ཤིང་བཟོ་དང་དོ་བཟོ་འཇམ་བཟོ་ལྟ་བུ་སྟོགས་གདན་ཁྱུ་བྱས་ནས་གཙུག་ལག་ཁང་བཞེངས།

གཉིས་པ། མཛད་མོ་ལ་རིག་ཅུལ་གྱི་སྒྲིག་བྱེད་པ།

ཆོས་ཉེན་ལ་དགོན་པ་དེའི་དོད་མ་མི་སྒྲ་གཙོ་བྱས་པའི་ལས་མི་དང་དང་ལྷན་མང་ཚོགས་ཀྱིས་དགོན་
བདག་ལ་རྒྱ་ལིབས་ངོ་མཚར་བའི་གྲུང་ཁང་རེ་བཅོས་པ་དང་། དགོན་པ་དེའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་
རྣམས་པ་དང་སྐྱ་མ་སྒྲུལ་སྒྲུ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་གཞན་དང་མི་འདྲ་བའི་གྲུང་ཁང་རེ་བཅོས་པར་བཤད་ལ། དེ་
མེན་སྒྲ་ལྷེ་མོ་མོས་ཀྱང་རང་རང་གི་མ་བསྐྱལ་དང་སྒྲུང་གི་གྲུང་ཁང་ཆེན་པོ་རེ་བཅོས་ལ། གྲུང་ཕྱབ་པ་
ལའང་མི་མང་པོ་མེད་པར་གྲུང་དེ་ཕྱབ་མི་རྒྱས་པར་མ་ཟད། ཉེན་ཞག་གཉིས་ཀྱི་རིང་ལ་གྲུང་ཕྱབ་དགོས་
པར་བཤད་ལ། ད་དུང་དགོན་པ་གྲུང་ཆོད་གི་མདུན་ཕྱོགས་སུ་སྤང་སྤོངས་ཤིག་ཡོད་པ་དེར་ལྷ་ལྷེ་ཆོས་ལྷེ་བ་
རེ་རེ་དང་བྱིས་ཆང་རེ་རེ་བྱས་ནས་གྲུང་ཕྱབ་པས་གོར་གོར་གཡུ་ཡི་མེ་ལོང་བཞིན་དུ་ཆགས་ཤིང་། གོང་
ཕྱོགས་སུ་དགོན་བདག་གཙོ་བྱས་པའི་སྐྱ་ཆེན་སྒྲུལ་སྒྲུ་རྣམས་དང་དགོན་པ་གྲུང་ཆོད་དེ་མེན་ཕྱོགས་མོ་མོ་
ནས་ཤེབས་པའི་སྒྲིག་བདག་དང་སྒྲུ་མགོན་བཞུགས་པ་དང་། དཀྱིལ་དུ་བོད་ལྷུ་ལ་ནས་མིང་གསལ་ཆེ་བའི་
བླ་བ་བླ་མ་དང་ཕྱོགས་མོ་མོའི་རྒྱས་གར་ཁང་། རིག་ཅུལ་སྤྱིང་མོགས་ཀྱི་རིག་ཅུལ་བ་རྣམས་ལ་གར་ཉེགས་
བསྐྱེད་པའི་གོམས་གཤིས་ཆགས་ཡོད་པར་མ་ཟད། མཐའ་འཁོར་དུ་ལྷ་ལྷེས་མཚོན་པའི་ལྷ་དུ་མོ་བ་རྣམས་
ཐོད་མའི་གནས་མོགས་བཞོད་བསྐྱིགས་ལེགས་པར་བྱས།

གསུམ་པ། ལྷ་ལྷེ་མོ་མོས་འབྲལ་བའི་རིག་ཅུལ་གྱི་རིམ་པ།

དགོན་པའི་ཉེ་འཁོར་དུ་འཆོ་བའི་དང་ལྷན་མང་ཚོགས་ཀྱིས་རྟ་རྒྱལ་འབྲལ་ཐུར་མོགས་ལ་རྒྱ་དུ་མའི་
ཐོན་ནས་གྲུང་ཁང་ཆོད་པ་དང་། ཆོ་བ་རེ་རེའི་ལང་ཆོ་དར་ལ་བབས་པ་རྣམས་བསྐྱས་ནས་ཞབས་ཐོ་དང་
རྒྱས་གར་འབྲལ་ཉེན་ལ་ཆེད་དུ་གར་མ་བན་དང་དགེ་ཤན་མང་པོ་ཆེད་མངགས་བྱས་ནས་རྒྱ་བགཅིག་གཉིས་
ཅས་ལ་སྤྱང་བ་དང་། གཞིན་སྒྲེས་པོ་མོ་སྤྱད་དག་སྒྲུབ་པ་ཆོས་སྒྲུ་ལ་གྲུང་གི་བྱས་པ་དང་། ལང་ཆོ་དར་ལ་
བབས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བོད་རང་གི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བྱད་ཆོས་ལྷན་པའི་རོལ་མོ་སྒྲུ་ཆོགས་ལ་སྤྱང་བ་
མོགས་གྲུང་གི་ཆོས་པ་ཞིག་བྱས་ནས་ཆོས་ཉེན་གྱི་ཉེན་མོར་ལེགས་སྒྲེས་སུ་འབྱལ་ངས།

བཞི་པ། བླ་ཤེས་པའི་མཛད་སྒྲའི་ཉེན་མོ།

ཆོས་ཉེན་གྱི་ཉེན་མོ་ནི་ཉེ་རྒྱ་རྒྱ་གསུམ་བཟང་བའི་ལྷ་ཉེ་དཀར་པོ་རེ་ཆེན་ཤར་བའི་ཆོ་དགོན་པ་
གྲུང་ཆོད་ཆོས་སྤྱོད་དང་སྤོན་ལམ་འཚོགས་པ་དང་། དང་ལྷན་མང་ཚོགས་ཀྱིས་བོད་ལ་ཆ་ཆང་རེ་གྲོན་པའི་

ལྷགས་སྟོན་དང་། རྒྱུས་པ་ཆོ་བསང་བྱུང་དུ་འགྲོ་བ་སོགས་ཡིན་ལ། དེ་རྗེས་དགོན་བདག་གིས་འདུ་ཁང་
འདི་བསྐྱུན་པའི་ཐོན་འགྲོ་གསུངས་པ་དང་དེ་བསྐྱུན་པའི་རྒྱུན་བདག་དང་ལས་སྒྲ། དང་ཐུན་མང་ཆོགས་
ཀྱིས་ཅེ་ཡོད་གང་ཡོད་ཀྱིས་མ་བསྐྱུལ་དང་སྒྲངས་ངང་འབེལ་འཛོག་ཟེ་བྱས་པར་བཀའ་བྲིན་མཆོན་པ་བཅས་
སོག་མའི་སྒྲིང་གཞི་གསུངས་པ། དེ་ནས་འདུ་ཁང་འདིའི་ཁྱད་ཆོས་དང་དེའི་ནང་དུ་བཞུགས་པའི་རྟེན་
གཙུག་པོ་དག་རྩིས་སྤྱོད་མདོར་བསྐྱུས་དང་དེའི་ཡོན་ཏན་བརྗོད་པ་དང་བཅས་སོ། །

ཨ་བཀ་བྱ་ཤེས་ཀྱི་རྟེན་མོ་དང་སྤྱ་གར་གྱི་སྒྲངས་སྒྲབས།

བྱ་ཤེས་ཀྱི་རྟེན་མོ་དེ་ལ་དང་ཐུན་མང་ཆོགས་ཆོའི་གདོང་ལ་འཇུག་མདངས་དང་དགོད་སྒྲས་ཁེངས་
ཤིང་སྤྱ་གར་གྱི་སྒྲངས་སྒྲབས་ལ་མིག་གིས་རིག་རིག་ཏུ་བཞུགས་ནས་ཡོད་ལ། མདོ་འཛིན་པས་ཀྱང་གར་
སྒྲགས་ཀྱི་སྒྲིང་ནས་ལྷན་མོ་བ་ཆོའི་མིག་དབང་ཡོངས་རྒྱུ་གས་རང་ཉིད་ཀྱི་དབང་དུ་བཀྱག་ནས་རྒྱ་ཅལ་སྤྱོད་
ལྷེའི་སྒྲིང་ནས་སྤྱོད་ལྷན་ལྷན་པའི་གཏམ་སྤྱོད་དང་ནས་ནས་བོད་ཀྱི་སྤྱོད་ལྷན་ཅལ་འཇུག་པོ་སྤྱོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཅལ་འཇུག་
སྤངས་སྒྲབས་ཀྱི་ལག་པའི་གཡུ་བ་མོ་བྱེད་བཞིན་གཡོ་བསྐྱར་བྱེད་ལ། དེ་ལས་ཀྱང་ཁྱད་ཆོས་པ་ཞིག་ལ་
དང་སོག་འགོ་འཛིན་སྒྲབས་སྤྱོད་མོ་སོ་སོར་བྱས་པའི་སྤྱོད་པ་དང་སྤྱོད་པ་སོགས་རིག་ཅལ་ཀྱང་མོ་སོ་སོར་བཞིག་བྱས་
ནས་ཡོད་ལ། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་སྤྱོད་པ་ལྷན་སེང་གེ་དང་སྤྱོད་སྤྱོད་པོ་ཆེ་གཡུག་བཅས་འབྲས་ནས་སེང་
རྒྱུ་དང་སྤྱོད་ཀྱི། གཡུག་རྒྱུ་སོགས་འབྲས་སྤྱོད་འགོ་ཞིང་ཆེས་སོག་མའི་འགོ་དེ་ལ་སྤྱོད་པོ་ཆེ་དེའི་མིང་རི་མོར་
ཕབ་ནས་དར་མ་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱར་ནས་འགོ་བ་དང་། དེའི་འཕྲོར་སེང་གེ་སོགས་སེང་རྒྱུས་འབྲིང་ནས་
འགོ་བ། དེ་རྗེས་སྤྱོད་པོ་ཆེ་སྤྱོད་ཀྱི་ཆོགས་ཏེ་རྩ་དང་སྤྱོད་བྱས་མཆོན་པའི་རྩ་ཆོ་སྤྱོད་ཀྱི་ཆོགས་དགོས་ནས་འགོ་
བ་དང་། ད་དུང་མཇུག་ཏུ་སྤྱོད་པོ་ཆེ་ནས་རིམ་བཞིན་བསྐྱུགས་ནས་འགོ་བ་ལས་གང་འདོད་དུ་འགོ་
བ་ཞིག་མིན་པར་གནས་སོ། །

མཇུག་ཏུ་ཞུས་པའི་གཏམ།

གོང་དུ་བཤད་པའི་རྒྱུ་ཆ་དེ་དག་ཁོ་བོར་དཔྱད་སྒྲོལ་གྱི་ཤེས་རབ་དང་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོན་ཏན་
ཞན་པས་སྤྱོད་ཀྱང་མ་བཟྱག་མ་དཔྱད་པའི་གསར་གཏོད་ཅིག་མ་འབྱོངས་ལ། ཁོ་བོས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཆོད་
ཅིག་བྱས་པ་ཡིན་པས་མ་འབྱོངས་ས་གང་མང་ཞིག་ཡོད་པ་གདོན་མེ་བཟུ་ལ། ད་དུང་ཁྱད་ཆོས་ཀྱི་ཡོན་
ཏན་ཆ་ཙམ་བརྗོད་པ་ལ་ཡང་སྤྱོད་མང་དུ་མཆིས་སྤྱོད་པས་ཀྱི་ཆོའི་སྤྱོད་པ་བོ་རྒྱུས་ལ་བཟོད་གསོལ་ཞུ་བཤོ། །

འདྲའི་རྒྱས་པ་ཅན་མིན་ན་རང་གཅིག་ཕུ་གཉེན་སྤྲོད་དུ་འགྲོ་མ་ཐན་ཡང་འགའ་ཤས་ཡོད། རྩོན་གཉེན་སྤྲོད་བ་ལ་བཞིན་མཛེས་མིན་ལ་དེ་སྤྲོད་ཆེར་མི་བྱེད་པར་མིའི་གཤེས་རྒྱུད་སྟགས་ལ་ཉ་ཅང་སྒྲ། ཁ་དཔེར་ཡང་། གཡལག་མགོ་རས་ཉོན་ལྷ་ཉོས། ། ལྷན་བུ་མོ་ལེན་ན་མ་ཉོས་ཞེས་བཤད་སྟེ་ཡོད། རིགས་རྒྱུད་སྟགས་ལ་མི་བརྟ་བར་གཉེན་སྤྲོད་པ་ནི་མི་ལེགས་ཏེ། རྩོན་རྩལ་མཚན་ན་མི་དང་མིའི་བར་བྱིས་ཆང་དང་བྱིས་ཆང་གི་བར། རྩེ་བ་དང་རྩེ་བའི་བར། རིགས་དང་རིགས་ཀྱི་བར་ནས་མི་མཐུན་པ་བྱུང་ཡོད་མྱོང་ལ་ཡན་རྩུན་ལ་དམོན་རེས་བྱས་ཡོད་པའི་རིགས་ཤིག་དང་མཉམ་དུ་གཉེན་སྤྲོད་བྱས་ཆོ། འགྲིག་མཐུན་སྟགས་རྩེ་བྱིས་པ་ཐམས་ཅད་འཆི་བའམ་ལ་མ་གཉིས་འཆི་བ་སྟགས་ཀྱི་ཆག་སྟོ་འབྱུང་མྱོང་། དེའི་རྩལས་ཀྱིས་མ་བརྟག་མ་དབྱུང་བར་རང་དབང་རང་འཐད་དང་རང་སྟོགས་འབབ་རྩར་གཉེན་སྤྲོད་བྱ་མི་རུང་རྟེ་ཁ་དཔེར་ཡང་། སྟོབྱ་སྟོ་རྩ་རྩུང་མ་གསུམ། ། ཞེ་ཡག་མ་རྩ་ཞེ་འཛོད་སྟོས། ཞེས་པའི་དཔེ་ཡོད་པ་རྩར་གོ་བར་བྱོ།

གཉིས་པ། རྩོན་མོའི་ཐོག་མའི་སྒྲ་གོན།

རྩོན་མོའི་སྟོར་སྤྲོད་བ་ལ་ཐོག་མར་ངེ་རྩར་གཉེན་སྤྲོད་ཚུལ་དེ་ཡིན་ལ། ཐོག་མར་རང་ཕྱོགས་སུ་རྩོན་མོའི་ཕྱོགས་ལ་བྱང་ཆ་ལུན་པའི་མི་ཁག་པ་འགའ་བདམས་ནས་ད་གཞོད་ཨ་ཁང་ཆང་ལ་གཉེན་སྤྲོད་དུ་འགྲོ་དགོས། ཡང་གཉེན་སྤྲོད་དུ་འགྲོ་བ་ལ་སྤྲོད་རྟེན་དགོས་ཏེ་ཆང་དང་གོས་ཁ་བརྟགས་སྟགས་དངོས་པོ་འགའ་འཁྱེར་ནས་འགྲོ་དགོས། ཨ་ཁང་ཆང་གིས་སྤྲོད་རྟེན་དག་མ་སྤངས་ཆོ་བུ་མོ་མནའ་མར་མི་སྟེར་བའི་རྟགས་མཚན་ཡིན་ལ་དེ་རྩར་བྱས་ཆོ་རྩོན་རྩལ་ལེན་ན་རང་འཐད་ཡིན་ཆོ་མཉམ་དུ་འགྲོ། འོན་ཀྱང་སྤྲོད་རྟེན་དག་སྤངས་ཆོ་བུ་མོ་མནའ་མར་སྟེར་བ་ལ་འཐད་པ་བྱུང་བྱུང་འོན་ཏེ་དན་རྟགས་ཡིན། དེའི་རྩེས་གཉེན་རྟགས་དང་ཁྱོད་གོས་སྟགས་འཁྱེར་དགོས་ལ་དེ་དག་རིམ་བཞིན་དུ་འཁྱེར་བ་ལས་ལྷན་ཅིག་ཏུ་འཁྱེར་སྟེ་མེད། དེ་ནས་རྩོན་མོ་ནམ་བུའི་རྒྱུད་དང་མཐུང་མ་ནམ་བུ་སྒྲུ་དམག་འབོད་ནམ་བུའི་རྒྱུ། བག་འཕམ་གཉིས་ཀྱི་རྩོན་ལ་གང་བྱེད་རྒྱ་སྟགས་ལ་གོས་བྱས་ནས་གཏན་འཁེལ་བྱ་དགོས།

བཞི་པ། དངོས་གཞི།

རྩོན་མོ་ནམ་བུའི་རྒྱུ་ལ་གོས་མཐུན་བྱུང་རྩེས། གཡལ་སྤྲོད་བག་མ་སྟེལ་བ་ལ་ཨ་ཁང་མང་བོ་ཞིག་འགྲོ་བ་དང་རྩོན་མོ་ཆེན་པོ་བྱེད་བསམ་ཆོ་རྩོན་ལ་མག་འབོད་བྱེད། མག་པ་ལ་སྒྲ་རགས་འཆིང་སྒྲུབས་མི་ཁ་

ལས་ཅན་བཟང་ཆང་ལ་མཐུན་པའི་མི་ཞིག་གིས་བཅིང་དགོས། མག་འབོད་བྱེད་ཆོ་སྐར་གས་དང་མག་ལ་
 མག་སྐག་སོགས་བཅིངས་ཏེ་ཨ་ཁང་ཆང་རྩེས་ནས་ཡོང་ན་ལམ་ལ་འཕུད་རྒྱ་དང་གོན་སྐག་ལྟེར་རྒྱ་སོགས་ལ་
 བན་ཐོགས་དགོས། ཡང་ཨ་ཁང་མང་བོ་མི་འགྲོ་བར་མནའ་མི་སྐོར་ལ་རྒྱ་ཡིན་ན་མག་འབོད་རྩེས་
 མ་བྱས་ནས་ཐོན་ལ་བྱ་མོ་བསྐྱུལ་བ་རེད། བྱ་མོ་གཉེན་ཆང་ལ་བསྐྱུལ་ན་ཡང་བག་གིས་བསྐྱུལ་བའི་ཉེན་མོ་
 ཞིག་དང་འཕུལ་གྱིས་བསྐྱུལ་བའི་ཉེན་མོ་ཞེས་སྒྲུལ་སྤངས་ལ་མི་འདྲ་བ་གཉིས་ཡོད། བག་གིས་བསྐྱུལ་བ་
 ཡིན་ན་བྱ་མོ་གཉེན་ཆང་ལ་སོང་རྩེས་ཕྱིར་རང་ཕྱལ་ལ་ལོག་ཆོག་ཀྱང་། འཕུལ་གྱིས་བསྐྱུལ་བ་ཡིན་ན་
 མནའ་མ་གཉེན་ཆང་ནས་ཕུན་པོར་བོར་འདུག་དགོས། ཡང་བག་མ་པར་གཉེན་ཆང་ཕྱོགས་ལ་འགྲོ་
 སྐབས་ཞུན་གསུམ་འཁྱེར། དེ་ནས་བག་མ་ཕྱིར་ཕྱལ་ལ་ལོག་སྐབས་ཞུན་གཅིག་ཁ་ཐོན་བྱས་ཏེ་བཞི་བྱས་
 ནས་ཡོང་། ས་ཕྱོགས་འགའ་ཤེས་པར་འགྲོ་སྐབས་ཞུན་གཅིག་འཁྱེར་ལ། ཕྱིར་ཡོང་སྐབས་ཁར་གཅིག་
 བསྐྱར་ཏེ་གཉིས་བྱས་ནས་ཁྱེར་ཡོང་བའང་ཡོད། གང་ལྟར་ཞུན་པར་ལ་ལ་བྱས་ནས་ཁྱེར་ཏེ་ཕྱིར་ཆ་བྱས་
 ནས་ཁྱེར་ཡོང་བ་ནི་རྩེས་ཕྱོགས་བཟང་ཆང་འཁྱིལ་མཐུན་བྱུང་རྒྱར་ཉེན་འབྱེལ་བསྐྱིག་པ་ཡིན། དེ་ནི་གཉེན་
 སྐྱིག་བྱས་ཟེན་པའི་མཚོན་རྟགས་ཤིག་ཏུ་བསྟེ་ཞིང་དེའི་མིང་ལ་བག་རེད་ཞེས་འབོད། ཞུན་གྱི་ལོགས་སུ་
 གོས་དང་ཁ་བཏགས་སོགས་འདྲགས་པ་རེད། བག་འཕུལ་གཅིག་བྱས་ཏེ་བསྐྱུལ་ན་བྱ་མོའི་རྩྭ་སྐལ་
 ལྟར་དགོས་ལ། ཐོན་ཁྱིམ་ཆང་ཕྱུག་པོ་ཅན་དག་གིས་ཀར་མོ་གི་ཆོད་^① དང་ནག་མོ་རྩྭ་^② བྱས་ཏེ་
 མཁན་ཡོད་ལ། དེ་འདྲའི་རྒྱ་མེད་ན་ལག་སྒྱིན་བྱ་དགོས་སོ།

བག་མ་བསྐྱུལ་ཡོང་སྐབས་གཉེན་ཆང་གིས་ཨ་ཁང་ཆང་གི་ཐོན་ལ་ལམ་ཆང་དང་སྒྲི་གོས་འཁྱེར་དགོས་
 ལ། སྒྲི་གོས་ཞེས་པ་ནི་གཉེན་ཆང་གིས་ཨ་ཁང་ཆང་ལ་བསྐྱུལ་མ་བྱས་པའི་མཚོན་རྟགས་ཡིན་ལ་དཀར་ཡོལ་
 བང་དུ་རྩ་བྱགས་ནས་མཚོད་ཁ་འཕེན་ཞོར་བསྐྱུ་བྱ་འགྲོ་བ་ལ་ཟེར་ཞིང་། སྒྲི་གོས་བསྐྱུ་དང་བཅུ་གསུམ་མ་
 ཆང་ན་མི་འབབ་ཅེས་བརྗོད་མཁན་ཡོད་ལ། གཉེན་ཆང་གིས་མཚོད་ཁ་རེ་ཤེས་རྩེས་ནས་སྐྱ་སྐོར་བྱས་
 ནས་དེ་ལྟར་ཐངས་གསུམ་ལ་སྐོར་བ་བྱེད། དེང་སྐབས་སྒོལ་དེ་ཅུང་ཅིམ་ཉམས་ནས་མཚོད་ཁ་གསུམ་ལས་

① ཀར་མོ་གི་ཆོད། ཀར་མོ་སྒྲེ་གཡང་དཀར་ལྷག་ཁུ་ལ་གི་སྐྱས་བཅད་དེ་བྱ་མོའི་རྩྭ་སྐལ་ལྟེར་བ་ལ་ཟེར།

② ནག་མོ་རྩྭ། ནག་མོ་སྒྲེ་ཞོར་གནག་གི་ཁུ་ལ་རྩྭ་སྐལ་ལྟེར་བ་ལ་ཟེར།

མས་ཤིག་མ་གཏོགས་བྱེད་ཀྱིན་མེད། ལམ་ཁང་ནི་སྤྱི་གོས་ཀྱི་སྤྱོད་ལ་འབྱེད་དགོས། ལམ་ཐག་རིང་བོར་
 བྱེད་ཡོང་ནས་བསུ་མ་བྱས་ན་ཨ་ཁང་ཁང་ལ་བརྟེན་བ་མཚན་ལ། ཐོན་ལ་ཁད་ཞིག་ལ་མ་གཏོགས་བྱེད་མ་
 ཡོང་ན་མཐོང་ཆེན་དེ་འདྲ་བྱེད་ཀྱིན་མེད་པ་མཚན། ཨ་ཁང་ཁང་གི་རྒན་པོ་ལ་ལས་ཅན་ཞིག་གིས་ཀྱང་
 དཀར་ཡོལ་ཞིག་འཛིན་པ་དང་དེའི་ཁར་བལ་གྱིས་དཀྱིས། དེ་མཚན་ལ་འཕེན་བྱེད་དང་བག་མ་སྤྱོད་ལ་
 སྐྱེལ་བ་ཡིན་ན་བག་མའི་བག་རིང་དང་བག་མའི་ཚོས་སྤོང་སྤྱད། བག་མའི་བག་རིས་བཅས་གསུམ་འབྱེད་
 རྒྱ་ཡོད། བག་རིང་ཞེས་པ་ནི་ཐུར་བཤད་ཟེན་ལ། བག་མའི་ཚོས་སྤོང་སྤྱད་ལ་གོས་དང་རས་སོགས་བྱིན་
 ཚོག་ལ་དེ་གཉེན་ཚང་ཚང་གིས་སྤངས་ཆེས་བག་མས་ཉིན་དེར་དེ་འདྲའི་རྩེའམ་འཛུལ་དོགས་བྱེད་མི་
 དགོས། བག་རས་ཞེས་པ་ནི་ཨ་ཁང་ཁང་གི་ལག་ན་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ལ། དེ་བཞེད་སོང་ཞེས་ཀྱང་ཅེད་
 མཚར་གྱི་ལམ་ནས་ཆེ། མདོར་ན་དེ་ནི་ཉིན་དེར་ཨ་ཁང་ཁང་དང་གཉེན་ཚང་གཉིས་ཅེད་སྤྱད་ཀྱི་ཡོ་བྱད་
 དམ་ལག་ཆ་ཡིན། ཡང་མག་འབྲོད་བྱེད་ན་གཉེན་ཚང་གིས་རྒྱ་དར་ཟེར་བ་ཞིག་བྱེད་ནས་འགྲོ་དགོས། དེ་
 ཡང་བག་རས་དང་འདྲ་བར་ཉིན་དེར་ཅེད་སྤྱད་ཅིག་ཡིན། མག་འབྲོད་དང་མག་པ་བསྐྱེལ་བ་གཉིས་ནི་
 མི་འདྲ་སྟེ། ཨ་ཁང་ཁང་གིས་མག་པ་ཁོང་ཁང་ལ་བོས་ནས་གཉེན་སྤྱོད་བྱེད་པ་ལ་མག་འབྲོད་ཅེས་འབྲོད་
 ཀྱང་ཨ་ཁང་ཁང་ལ་སོང་ནས་སྤྱིར་མག་པར་འདུག་པ་ལ་མག་པ་བསྐྱེལ་བ་ཞེས་འབྲོད་པས་མི་འདྲའོ། །
 ཨ་ཁང་ཁང་གིས་གཉེན་ཚང་གི་བྱིས་ལ་འགྲོ་ཁར་བསང་ཞིག་བྱེད་ལ། གཉེན་ཚང་ཕྱོགས་ཡིན་ནའང་ཨ་
 ཁང་ཁང་གིས་བག་མ་བསྐྱེལ་ནས་ཐོན་ཁར་ཡང་བསང་བྱེད་སྟེལ་ཡོད། ཡང་ཕྱོགས་གཉིས་ཀྱིས་གཡང་
 འབྲོད་བྱེད་ལ། དཔེར་ན། བྱ་མོ་མནའ་མར་འགྲོ་བ་ཞིག་ཡིན་ཆོ། ཨ་ཁང་ཁང་གིས་གཡང་འབྲོད་བྱེད་པ་
 བྱི་བྱིས་ཚང་གི་གཡང་བྱ་མོའི་རྩེས་སུ་མི་འགྲོ་བའི་ཆེད་ཡིན་ལ། གཉེན་ཚང་གིས་གཡང་འབྲོད་བྱེད་པ་ནི་
 གཡང་བྱིས་དུ་ཡོང་ཆེད་ཡིན་པས་མི་འདྲའོ། རྩོན་རྩོན་མོ་བྱེད་དུས་ཨ་ཁང་ཁང་ཡིན་ནའང་འདྲ་གཉེན་
 ཚང་ཕྱོགས་ཡིན་ནའང་འདྲ་མིང་བོ་ལ་མིང་རྟ་བྱ་གྲུ་ཆ་ལོག་ཟེར་བ་ཞིག་དང་པ་དང་ཨ་ཁུ་ལ་པ་རྟ་ཁམ་
 པ་རྟོག་རིང་། ཨ་ཁང་ཁང་རྟ་རྩོ་རྩོ་རྩོ་རྩོ་པོ་ཟེར་བ་སོགས་རྟ་མི་འདྲ་བ་མང་བོ་ཞོན་ནས་འགྲོ།

དེ་ནས་བག་མ་བསྐྱེལ་ནས་གཉེན་ཚང་གི་སྤོང་ཁར་ཐོན་དུས་བྱང་རྩོན་ཞིག་འདིང་ལ་དེའི་སྤོང་དུ་ནས་
 ཀྱིས་བྱང་གི་ར་བ་སྤོང་བཞི་ཞིག་བྱིས་ནས་དེའི་སྤོང་ལ་འབབ་དུ་འཇུག། བག་མ་སྤྱིར་ནས་འགྲོ་བ་དང་བོད་
 ལའི་ཕུ་བྱང་གིས་སྤྱོད་བཟུམ་ནས་འགྲོ་དགོས་ཀྱང་མག་པས་ལག་པ་གཡོན་པས་སྤྱོད་བྱང་གིས་བཟུམ་ནས་

འགྲོ་དགོས་ལ་དེའི་མིང་ལ་ཚས་ཞེས་འདོད། ཚས་མ་བྱས་ན་པ་འོ་ཚང་ལ་བརྟེ་བཀྲར་མ་བྱས་པའི་མཚན་
 རྟགས་ཤིག་ཏུ་བསྟེ། བག་མ་འགྲོ་སྐབས་བག་སྟགས་བྱང་མེད་གཉིས་ཡིན་དགོས། དེ་ནས་གཉེན་ཚང་བྱིར་
 བྱིས་དུ་སོང་ནས་བག་མའི་སྐྱ་བསྐྱ་དགོས། ༩་སྐྱ་ལ་མ་ལན་ནི་བྱང་མེད་ཅིག་ཡིན་དགོས་ལ། སྐྱ་ལ་མ་ལན་དེ་
 ཡང་ཁ་ལས་ཅན་བཟའ་ཚང་བར་འགྲིག་མཐུན་དང་ཐུན་པ་ཞིག་གདམས་དགོས། དེ་བས་བག་མའི་སྐྱ་ལྟེ་
 ནས་བྱང་ཚམ་སྐྱ་ལ་ནས་ཁ་བཏགས་ཤིག་འདོགས། དེའི་སྐྱ་མོ་ལ་བལ་འདྲགས་དགོས། དེའི་མིང་ལ་སྐྱ་
 ཕབ་པ་ཟེར། བསྐྱས་ཚར་རྩེས་ཡར་ལངས་ནས་མཚོད་ཁ་འཕེན་དགོས། ཡང་བྱིས་ཚང་ལ་ལར་འབབ་ལྟན་
 འཕེན་དགོས་ལ་བྱིར་འབབ་ལྟན་དེ་ནི་མི་སྲུ་དང་གང་ལའང་འཕེན་ན་ཆོག་པ་མ་ཡིན་པར་སྐྱ་མ་དང་
 དཔོན་པོ་རྩུ་འབྱོར་ཐུན་པ་སྟགས་ལ་འཕེན་པ་ཞིག་ཡིན། འབབ་ལྟན་ལེན་ལྟངས་ཤིག་ཡོད་དེ། མི་གཉིས་
 གྱིས་རྟ་ར་ར་གཉིས་ཞོན་ཏེ་རྩུ་གཅིག་ལེན་དགོས་ལ། དེ་ནི་སྐྱ་རགས་ཤིག་དང་ཡང་ན་ཁ་བཏགས་སྟགས་
 ཡིན་ཆོག། སྐྱག་སྲུ་རྩ་དཀྱིལ་ན་ཨ་ལོང་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་མཐེ་བོང་མགོར་བསྐྱོན་རྩེས་ཡར་བྱང་འཕེན་ན་
 སྐྱག་ཁང་ཚང་མ་བྱོགས་གཅིག་ཏུ་འདུ། དེ་ནས་སྒྲོན་དུ་ཡར་གཡུགས་ཏེ་སྐྱག་བསྐྱོར་ན་འབབ་ལྟན་བྱས་
 ལ་བསྐྱེལ་འགྲོ། དེ་རྩེས་རུམ་ལ་བསྐྱེད་དགོས།

ཐུན་ཐེར་ཁའི་སྒྲོན།

སྒྲོན་ཐེར་ཁ་ལ་ཤ་དང་ཚོན་མ། བྱུན་གོ་དེ། ཆང་། ཀ་ར་སྟགས་འཛོག་སྐྱལ་ཡོད་ལ། ལྷག་པར་དུ་ལག་
 ངར་ཞིག་དང་སྟག་པ་ཞིག་ངེས་པར་དུ་འཛོག་ལ་ལས་གཅིག་རེ་འཛོག་མོད་དེ་བྱིས་ཚང་དེའི་ཤ་ཞེན་ལ་
 བལྟས་ནས་འཛོག་པ་མ་གཏོགས་ཚད་བབྱང་མེད། ཐུན་ཐེར་ཁ་ནི་ཐང་ལ་བསྐྱགས་པ་མ་གཏོགས་ཅག་ཙོ་
 སྟགས་ཀྱི་སྟེང་དུ་བསྐྱགས་སྐྱའི་སྐྱལ་མེད། ལག་ངར་ནི་མག་པའི་མདུན་སར་འཛོག་དགོས་ཏེ། རྩུ་མཚན་
 ཐུན་མང་ཚོགས་ཀྱིས་ལག་ངར་གྱི་མིང་ལ་དཔའ་ངར་ཞེས་འབོད་ལ་རྩུ་མཚན་ནི་གཏམ་བཤད་པ་ལ་མ་ལས་
 པ། གཡུལ་ལས་རྩུ་ལ་རྩུ་སྟགས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན། དེའི་སྐྱ་མོར་བལ་བྱིས་མདུད། ཡང་བག་མའི་མདུན་ལ་
 སྟག་ག་འཛོག་ སྟག་གའི་མིང་ལ་བསྟགས་ག་ཞེས་ཀྱང་འབོད་པས་བྱང་མེད་དེས་རྩུ་ཙོར་བསྟགས་ཐུབ་
 རྩའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན། སྟག་གའི་མཚོ་གདོང་གི་ཉག་གའི་སྟེང་དུ་བལ་བྱིས་དགྱི། དེ་ནས་མག་པའི་དཀར་
 ཡོལ་གྱི་ཁ་ལ་ཡང་བལ་བྱིས་དགྱི། བལ་དང་འོ་མ་བྱུན་སྟགས་ནི་ཐུགས་ཐོན་དངོས་ཆས་དང་རྟེན་འབྲེལ་
 ཅན་ཞིག་ཏུ་བརྟེ་བས་ཡིན་ལ། བག་མའི་དཀར་ཡོལ་གྱི་ཁ་ལའང་བལ་བྱིས་དགྱི།

མཐུག་གི་གཏམ།

ད་ཉིན་གཅིག་ལ་བཅི་རྒྱ་ཨ་ཁང་ཚང་ཡིན། ཆོ་གཅིག་ལ་བཅི་རྒྱ་པ་མ་གཉིས་ཡིན། ཞེས་པའི་དཔེ་
 ལྟར་ཨ་ཁང་ཚང་ལ་གཉེན་ཚང་ཕྱོགས་ཀྱིས་ཏ་ཅང་བཅི་མཐོང་བྱེད། རྟོས་བཅས་ཀྱིས་བཤད་ན། འདི་ནི་
 ང་ཚོའི་སྤྱི་རྒྱུན་རིག་གནས་ཏེ་གཁེར་ལས་སྐྱག་པའི་རིན་ཐང་ཞིག་དང་ཤ་ལས་ཆད་པའི་ཁྱེད་བཞིན་རིན་
 ཐང་གཞལ་དུ་མེད་ལ། འདི་ནི་མི་རིགས་ཀྱི་ཐུན་མེན་ཁྱད་ཚོས་ཤིག་ཡིན་པ་དང་ཚོས་མགིན་པ་གཟེངས་སུ་
 བཟུང་དེ་སྤྱི་བར་སྤོབས་དགོས་ལ་དང་ཚོས་དུས་ནམ་ཡང་སེམས་པའི་ནང་མར་ཉར་འོས། ཟྱུར་དང་ཆོ་གཞོན་
 ཟྱེས་པ་དག་ལྟ་བུ་གསར་བ་དང་བསམ་སྒྲོ་གསར་བ། རོད་བཞུལ་གསར་བ་འགྲོ་སྤངས་གསར་བ་ལ་དགའ་
 བ་བདེན་ཡང་། ང་ཚོ་ལ་སྤྱི་བསམ་བརྗོད་བྱེད་པའི་སྤྱི་རྒྱུན་རིགས་གནས་ལ་མཚན་ཞིག་ཡོད་པ་འདི་ལ་
 གཞོངས་ཤིང་ཞེ་མེར་དགོས་པ་ཞིག་གཏན་ནས་མ་ཡིན་པར་འདི་ནི་ང་ཚོའི་གཟི་བརྗིད་དང་ཁྱད་ཚོས་ཡིན་
 པ་གསལ་པོར་རྟོགས་འོས། ལྷ་ཚུགས་ཀྱིས་མཐར་སྐྱེལ་མ་བྱས་པར་ཉམས་དམས་ལ་བག་ཐོན་དེ་བས་ཀྱང་
 བྱ་འོས།

མཐར་ཁྱ་རྒྱ་ཞིག་ནི་རང་ཉིད་གཉེན་སྟོན་གྱི་སྐོར་ལ་ཏ་ཅང་སྒོ་མིག་སྤངས་པས་ནོར་འབྱུལ་མང་པོ་
 བྱུང་ཡོད་མིང་ལ། དེ་བས་སྟོག་པ་པོ་ཡོངས་ལ་སྤྱིང་ཐག་པ་ནས་མཐོལ་ཁིང་བཤགས་སོ།

- བཅར་འདྲི་བྱེད་སྐབས་ལ་བཅོད་ཆོ།
- བཅར་འདྲི་ལྟ་བུ་གནས། དར་མཚོ་རྒྱ་ར།
- བཅར་འདྲིའི་དུས་ཚོད། 2016.6.1
- བཅར་འདྲིའི་ཐབས་ལམ། ང་བཅར་བཅར་འདྲི།
- བཅར་འདྲི་བྱེད་མཐུན། དར་མཚོ་རྒྱ་རའི་ཐོན་ཐར་མགོན།

ཅུ་ཐུན་ཟླ་བའི་གཉེན་སྦྲེལ་གྱི་རིམ་པ་སྐྱེང་བ།

འཕྲིན་ལས་འོད་གསལ། ཅུ་ཐུན་།

སྐྱེང་གཞི།

དང་སྐབས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་སྐབས་བདེ་དང་ཆོགས་རྒྱུད་བའི་སྐད། བོད་རང་གི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་
བའི་གཉེན་སྦྲེལ་གྱི་རྣམ་པ་ཡང་བསྐྱས་བསྐྱས་ཅམ་ལས་མི་བྱེད་པས་རྒྱུད་ཀྱི་འགྲོ་བཞིན་ཡོད།
དཔེར་ན། གཤམ་དཔེ་དང་ཆང་མཆོད། ཤགས། ལྷ། ལ་གཞས་སྐྱེས་ཀྱིས་ཀྱང་མཆོན་ནོ། ། གཉེན་སྦྲོན་ནི་
མི་ཆེ་ཉི་ལ་བའི་ནང་གི་བྱ་བ་གཤམ་ཆེན་ཞིག་ཡིན། ང་ཆོད་ཅུ་ཐུན་འཕྲོག་ཟེའི་གཉེན་སྦྲོན་གྱི་བྱ་བ་ཞག་ཀྱང་
བོད་སྤྱིའི་གཉེན་སྦྲོན་གྱི་ལྷགས་སྦྲེལ་ལས་མ་འདས་མོད། འདིར་བེད་ཅུ་ཐུན་ཟླ་བའི་གཉེན་སྦྲོན་གྱི་རིམ་
པ་རྒྱུད་ཅམ་བཞུད་པར་འདོད་དོ།

དང་གོ་བག་མ་སྦྱེལ་བའི་ཟུར་ཉིན།

ཨ་ཁང་ཆང་མ་བསྐྱབས་ཆེས་བྱ་མོར་སྐྱ་ཕབས་ཏེ་སྐྱ་བཤད་ཀྱི་སྐྱར་ཆོག་འགའ་སྐྱར་མོད་དབྱངས་རྟ་
ལ་བྱངས་ནས་བཞུད་ཆེས། མིང་བོ་དང་ཨ་ཁང་རྣམས་ཀྱིས་གོས་དང་དར་སྒྲེར་དགོས། དྲུ་ཉིན་སྐྱ་ལེན་
གར་ཆེད་དང་ཆོས་སྦྱོང་སྤྱང་མ། ལུལ་སྐྱ་གཞི་བདག་ལ་བསང་མཆོད་བྱས་ཆར་ཆེས་བག་མ་རྟ་ལ་ཞོན་
ནས་མིང་བོས་ཁྱིད་དེ་སྐྱ་ལ་སྐྱར་བ་གསུམ་བྱེད། སྐྱར་བ་བྱེད་སྐབས་ཉེ་མི་ཞིག་གིས་ཨ་མའི་ཆབ་བྱས་ཏེ་
སྐྱ་སྐྱ་ཆང་མ་མར་ཕབ་སྟེ་བྱིམ་ནས་འདི་ལྟར་འབོད། བྱ་མོད་མིང་ནས་བཟུང་སྟེ། ཞ། གཡང་ཞིག་ཡོད་ན་
ཨ་མར་ཞོག་སྟེད་ཅིག་ཡོད་ན་རང་གིས་བྱིར་ཞེས་ལན་གསུམ་འབོད། མིང་བོས་སྤྱིང་མོད་ཆབ་ལ། ཨ་ལ་
ལ། ཞེས་ཆོག་ཟེར་ལན་ཟེར་འདེབས།

གཉིས་པ། གཉེན་སྦྲོན་འགོ་ཚུལ་ཚུལ།

ཉི་མ་ཤར་ནས་ཉིན་གྲང་མ་ཐོན་པའི་མཚམས་ལ་གཉེན་ཆང་རྣམས་རྒྱུར་ཨ་ཁང་གི་སྦྲོན་ལ་བར་ཐག་
རྒྱུད་རིང་བོར་ཡོང་ནས་ཆང་གི་མཆོད་པ་དང་འཚམས་འདྲི་བཅས་བསྐྱ་བ་བྱ་དགོས། ཆང་མཆོད་དང་རྟ་
རྒྱུག་བྱེད་སྐབས་ཨ་ཁང་ཆང་ཕྱིར་ཕྱོས་འགྲོ་བ་ལ་གཉེན་ཆང་རྣམས་ཀྱིས་ཨ་ཁང་ཆང་ལ་དཀྱིས་རྒྱག་ འོན་

ཀྱང་བག་མར་དགྲིས་བརྒྱབ་མི་ཚོག་ དེ་ལྟར་ཐེངས་གསུམ་ལ་རྟ་རྒྱགས་ཆང་མཚོད་བྱས་པའི་འབྲས། ཨ་
ཞང་ཆང་ལ་བསུ་བ་བྱས་ཆེས་འབབ་རྟེན་གོས་དར་པོ་འདོམ་བཞི་ལྷག་འཐེན་དགོས། ཨ་ཞང་ཆང་གི་པོ་
ཚོད་ཅིག་གིས་རྟ་རྒྱག་ཞོར་དུ་གོས་དར་སྒངས་ཆེས། ཨ་ཞང་རྒྱམས་ཁྱིམ་ལ་ཕེབས་ནས་ལོ་ཆུན་གཞོན་
ལྟར་གཤལ་ལ་འཕྲོད། གཡོན་ཁྱིམ་གཤལ་གྱི་གཤལ་མགོར་ཁྱི་བརྒྱབ་ནས་གཡང་འབོད་བྱེད་མཐུན་གྱི་ཨ་མཚོད་
བཞུགས་དགོས། མ་རྒྱུད་ནས་གཉེན་ཆང་གི་ཆུན་པོ་ཁ་བདེ་ཆེ་བདེ་ཞིག་གིས་ཁ་བརྟེན་བྱེད། བག་མས་ལྷ་
ཐོད་ལ་འཐེན་ཞིང་ཁ་རོ་ཕུ་རུང་གིས་གཡོག་སྟེ་ཡ་རབས་གྲས་ཞབས་དང་རོ་ཆ་བག་ཡོད་གྲིས་བག་
རོགས་དང་མཉམ་དུ་བག་གྲུར་ལ་སྦྲེབས།

གསུམ་པ། སྟོན་བཤད།

གཉེན་ཆང་གི་སྟོན་བཤད་པ་ཞིག་གིས་བསྟོད་པ་སྒྲ་ཚོགས་དང་ཚིག་སྦྱར་བདེ་ཞིང་དོན་གྱིས་ལྷག་པའི་
འཇིག་རྟེན་བསྐབ་བྱ་མང་པོ་སྐད་གདངས་རུང་མཐོ་བའི་སྟོན་པ་བརྟེན། སྟོན་བཤད་མཚུག་རྫོགས་སྐབས།
སྟན་ཁ་མོ་སྟག་མོ་འཁོར་འཁོར་བྱོས། ། ཤ་ཁ་ཚོད་ལ་གྲ་འཁྱར་འཁྱར་བྱོས། ། ཞེས་བཤད་པ་དང་མཉམ་
དུ་མ་སྟུ་དང་གཉེན་ཆང་རྒྱམས་གྲིས་ཤ་འཕྲོག་རེས་བྱེད་དགོས། དེང་སྐབས་སྟོན་པ་འདི་མི་ལེགས་པས་དོར་
བར་བྱས་སོ།

བཞི་པ། རྒྱ་དར་སྒོར་རྒྱལ།

རྒྱ་དར་ནི་མ་སྟུ་ཆང་གིས་པོ་རེ་^① སྒོར་བའི་རྒྱམ་པ་དེ་རེད། པོ་རེ་འམ་རྒྱ་དར་ཞེས་གོས་བཅོ་ལྔ་^②
གཅིག་དང་གཉིས་བསྐབ་ཡོད་མོད། འོན་ཀྱང་ཅིད་དགོད་གྱི་ཆེད་དུ་གང་འདོད་གྲིས་སྟེར་མི་ཚོག་ལ། ལྷ་
ཞིག་གི་ལག་ནའང་ཡོད་པ་མི་ཤས་པའི་སྐབས་དེར། གཉེན་ཆང་གི་མ་སྟུ་ཚོས་ཀྱ་རེ་ཅིད་མཚར་གྱི་སྟོན་
ནས་པོ་རེ་སྒོར། གཉེན་ཆང་གི་མཚངས་མ་ཞིག་དང་ཨ་ཞང་གིས་ཀྱ་རེ་ཅི་མཚར་མང་པོ་བྱས་ཆེས་པོ་རེ་
སྟེར་དགོས་པ་དང་ད་དུང་མ་བྱིན་ན་ཤུགས་འགྲན་རེས་བྱེད་སྟོན་ཡོད་པ་དང་ཉིན་དེར་ཅེས་ནས་མི་འདོད་
པའི་རྒྱས་སྟོན་པོག་པ་དང་རྒྱབ་གོས་བཤུ་བའི་གནས་རྒྱལ་བྱུང་ན་རྩྱགས་གཉིས་ནས་མི་དགའ་བའི་རྒྱམ་

① པོ་རེ་ནི་རྒྱ་དར་དང་དོན་གཅིག་སོ།

② བཅོ་ལྔ་ནི་བྱུག་གཅིག་གི་དོན།

འགྲུར་མི་སྒྲོན་ལ། ཚེད་སྒྲིང་ཡང་མི་བྱེད།

ཐུག་པ། སྒྲོན་མོར་རོལ་བ།

གཉེན་ཚང་གི་མར་སྒྲིད་ནན་པོས་ཆང་མཚོད་དེ་སྒྲོན་མའི་རྒྱ་མཚན་གྱི་གཏམ་ཉུང་ཞིག་བཤད་ནས་
ཁ་བཏགས་དང་བཅས་གྲལ་མགོར་དྲངས་ཆོ་ཆང་མས་ཆབས་ཅིག་ཆང་མཚོད་བྱ་སྒོལ་ཡོད། དེ་ནས་
བསྟོད་སྒྲུ། དམངས་སྒྲུ། སྒྲུ་ཤགས། འདྲི་སྒྲུ་སོགས་ཉི་ལུབ་ཀྱི་བར་དུ་སྒྲོན་མའི་དབལ་ལ་རོལ། དེ་ནས་ཨ་
ཁང་མགོན་མགོ་དང་གཉེན་ཚང་པ་ཁྱེད་མས་ལ་ལ་གཞས་ལེན་རེས་བྱས་ནས་སང་ཞོགས་ཉི་ཤར་གྱི་བར་
དུ་སྒྲོན་པར་བྱེད།

དུག་པ། བྱ་མོ་བཅོལ་གདམས་བྱས་ཏེ་མཚུག་བསྐྱུ་བ།

ཕྱིར་ཉིན་ཉི་འོད་འཕྲོས་པ་དང་མཉམ་དུ་ཨ་ཁང་ཆོར་ནངས་ཇ་དྲངས་ཆེས་གཉེན་ཚང་ཆང་ལ་ཨ་
ཁང་ཆང་གི་སྒྲུ་ཆབ་པ་ཞིག་གིས་བྱ་མའི་གཤིས་རྒྱུད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་སོགས་རྟགས་ཅམ་རྩོས་བྱེད་བྱེད་ལ། ཕྱིན་
ཆད་བྱ་མའི་འགོ་འདུག་ལ་བཅོལ་གདམས་གདམས་བྱས་མཐར། གཉེན་ཚང་གིས་ཨ་ཁང་ཐམས་ཅད་
ལ་རྟ་སྒྲོན་གོས་སྟེར་གྱིས་འཚམས་རྟགས་ལུལ་ཏེ་ཕྱིར་རང་ལུལ་ལ་ཆས།

མཚུག་གཏམ།

ཕྱིར་ང་ལ་མཚོན་ན་སྒྲོན་མའི་སྒྲོན་ནས་ཆ་རྒྱས་ཆེར་མེད་པས་འདྲིར་ས་གནས་དེ་གའི་གཉེན་སྒྲོན་
སྒྲོར་གྱི་རྣམ་པ་ཆ་ཆང་བ་ཞིག་འབྲི་དགོས་ཟེར་ན་ཁག་པོ་ཡོད་ཀྱང་ས་གནས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་《མ་བྱང་ཅ་ཐུན་
ལོ་རྒྱུས་མཐོང་བ་ཀུན་གསལ་》དང་ནན་རབས་པ་རྣམས་ཀྱིས་གསུང་བ་ཇི་བཞིན་འདྲིར་བཀོད་པ་ལོ།

མགར་ཅེ་ཞོལ་མའི་གཉེན་སྟོན་སྐོར་རོལ་ཅམ་གྲོང་བ།

ཡུལ་སྐྱ་རྒྱལ། །འབའ་རྒྱུང་།

གྲོང་གཞི།

རྒྱལ་རབས་རིམ་བྱོན་གྱི་སྐབས་ནས་བཟུང་ཡོད་ལ་རང་གི་བྱང་ཆོས་ལྡན་པའི་གཉེན་སྟོན་བྱེད་སྒོལ་
ཡོད་ཀྱང་དེར་སྐབས་ས་ཆ་སོ་སོའི་ཡུལ་སྒོལ་གོམས་གཤིས་ཉམས་སྤྱད་དུ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པས་ངས་འདི་
ནས་རང་ཡུལ་མགར་ཅེ་ཞོལ་མའི་གཉེན་སྟོན་སྐོར་རོལ་ཅམ་གྲོང་གྱེ། རང་རེའི་གོམས་གཤིས་བཟང་པོ་
འདི་ཉམས་པ་སྤར་གསོ་དང་མ་ཉམས་གོང་འབེལ་དུ་གཏོང་བྱིས་ཡུལ་སྒོལ་གོམས་གཤིས་དང་འབྲེལ་དེ་
གཉེན་སྟོན་སྐོར་རགས་ཅམ་གྲོང་ཡོད།

དང་གོ་གཉེན་སྟོན་སྤངས་ཀྱི་སྐོར།

གཉེན་སྟོན་ནི་སྤྱིར་འཇིག་རྟེན་འཁོར་བའི་བྱ་བཞག་ཁྲིད་ཀྱི་ཆ་ཤས་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་དང་མི་ཆོ་རྟེལ་
བའི་བདེ་སྲིད་དང་འབྲེལ་བའི་བྱིས་དོན་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པས་ཆང་མས་དོ་སྤྱང་ཆེན་པོ་བྱེད་པ་རེད།
གཉེན་སྟོན་སྐབས་སུ་མགོན་པོ་སྒྲེ་ལེན་དང་བཅི་བཀྱར་བྱེད་སྤངས་སོགས་མང་ཆེ་བ་ཞིག་ལས་ཆེར་མཚུངས་
པ་རེད། འོན་ཀྱང་ཡུལ་སྒོལ་གོམས་གཤིས་མི་འདྲ་བའི་དབང་གིས་ཕན་ཚུན་བར་དམིགས་བསལ་གྱི་བྱང་
ཆོས་ཡོད། སྐབས་འདིར་ཡུལ་འདིའི་གཉེན་སྟོན་སྤྱི་བ་སྤངས་གཙོ་བོར་བཟུང་ནས་བཤད་ན། གཉེན་
འཛིན་པ་ལ་པ་མས་གཉེན་ལ་བཅའ་སྤངས་དང་རང་ཉིད་ཀྱིས་འཛོལ་ཚུལ་སོགས་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་
རེད། དེ་དག་ལས་པ་མས་གཉེན་ལ་འཛོལ་ཚུལ་ནི། པ་མས་རང་གི་བྱ་དང་བྱ་མོ་གང་ཡིན་ཅུང་མ་འོངས་
བའི་བྱིས་ཆང་གི་བདེ་སྲིད་ལ་དམིགས་ནས་གཉེན་ལ་མི་རྒྱུད་བཟང་ཁོང་བྱིས་ཆང་ལ་རབས་ཤིག་བཅའ་
བ་རེད། ལྷག་བར་དུ་གཉེན་སྟོན་རྒྱུད་བྱ་བྱ་མོ་གང་ཡིན་ཡང་བསམ་པ་བཟང་ཁོང་ལ་རབས་སྤྱོད་བཟང་
ཞིག་བཅའ་བ་རེད། སྤྱིར་ན་གཞོན་པོ་མོ་ཆོས་རང་གི་དགའ་ཤོགས་དང་གཉེན་ལ་འཛོལ་བ་ནི་ཁོ་ཆོར་
ཡོད་འོས་ལ་ཡོད་པ་ཞིག་ཀྱང་རེད། ཡིན་ན་ཡང་པ་མས་བྱ་ལྷག་ལ་གཉེན་ལ་བཅའ་བའི་ཡུལ་སྒོལ་དེ་
ཡང་རྗེས་བྱས་ཀྱི་སྒོལ་ངན་ཞིག་དང་མི་རིགས་ཀྱི་མ་ཆང་བ་ཞིག་མིན་པར་མ་ཟད། ད་དུང་གནས་ལུགས་

དང་ལེགས་ཆ་མང་བོ་ཡོད་པའི་བྱེད་ཚུགས་ཤིག་དང་ཡ་རབས་ཀྱི་བྱེད་སྒྲུངས་ཤིག་ཀྱང་རེད། དེ་ལྟར་པ་
མས་རང་གི་བྱ་བུ་ལ་གཉེན་ཡ་ཞིག་རྟེན་ཆེ་ཆོ་གཟའ་སྐར་བཟང་བོ་དང་བསྐྱེད་ནས། སྤྱི་ཆེ་བདེ་ཞིང་སྤྱང་
སྤྱང་འཛོམས་པའི་བར་བ་ཞིག་གི་ལག་ཏུ་ཁ་བཏགས་དང་ཆང་གོས་དར་སྟགས་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་སྤོང་རྟེན་
བསྐྱར་ནས་གཉེན་སྤོང་བ་རེད། རྟ་གཞོན་པོ་མོ་ཚོས་རང་གིས་གཉེན་ཡ་འཛུལ་ཚུལ་ནི། སོ་སོས་ཁོར་ལུག་
དང་བྱ་བཞག་ཁྲིད་པན་ཚུན་ངོ་ཤེས་ཤིང་རིམ་བཞིན་འབྲེལ་འདྲིས་ཀྱི་གོ་རིམ་ཁྲིད་པན་ཚུན་བཅེ་དུང་གི་
སྤྱི་གུ་འབྲེལ་ཤིང་། གཅིག་གིས་གཅིག་ལ་སྤྱིང་གཏམ་བཤད་རེས་བྱས་མཐར་སྦྱིད་སྤྱག་མཉམ་གཤིབ་ཀྱིས་
མི་འཆོམ་མཐར་བྱ་འཁྲུལ་ཆུ་དང་ཁ་དོན་ཚིག་ལ་གནས་ཆུ་བྱས་ནས་སོ་མེད་པ་མ་དང་ནང་མི་ལ་ཆུ་མཚན་
བཤད་བ་རེད། གལ་ཏེ་པ་མ་གཉེན་སྒྲིབ་དེ་ལ་འཐད་མིན་འབྱུང་ཤས་ཆེ་ན་གཉེན་གསལ་ནས་སྤྱིག་པ་
དང་གཉེན་བྱུལ་ལ་འགྲོ་བ་སྟགས་ཀྱི་བྱ་ཐབས་སྤྱད་དེ་རང་གི་གཉེན་སྒྲིབ་སྤྱད་བ་དང་། གཉེན་བྱུལ་བྱས་
ནས་དུས་ལུན་རིང་དུ་སོང་ཆེས་རིམ་བཞིན་ཤེས་སུ་འཇུག་ལ་པ་མས་ཀྱང་ཐབས་ཤེས་མེད་པར་གཉེན་
སྒྲིབ་ཁས་མི་ལེན་ཀ་མེད་དུ་སྤྱར་བ་ན། ད་གཞོན་ཕྱིར་འབོད་འགྲུགས་བྱེད་པ་སྟགས་བྱས་ནས་མཐར་
གཉེན་སྒྲིབ་བདེ་སྤྱག་ཏུ་འགྲུབ་བ་རེད། གཉེན་གསལ་སྤྱིག་ནི་མནའ་མ་འཁྲིད་པ་ལ་མཚན་ན་རང་འཐད་
བྱུང་བའི་སྐབས་སུ་བྱ་མོས་པ་མ་ལ་གསལ་སྟེ་གཉེན་ཆང་གིས་རྒྱན་གོས་སྟགས་བྲ་སྤྱིག་བྱས་ཆེས། ཉིན་
བཟང་སྐར་བཟང་ཞིག་བདམས་ཏེ་མག་བས་མནའ་མ་འཁྲིད་རྟོགས་ཀྱི་སྒྲིབ་པ་ཁ་ཤས་ཀྱིས་བྱ་མོ་རྒྱ་བའི་
ཚུལ་གྱིས་ལེན་བ་རེད། མང་ཆེ་བ་མཚན་བྱེད་དུ་བག་མའི་བྱིས་ལ་སོང་ནས་བྱ་མོར་རྒྱན་གོས་གསལ་བ་
སྤྱས་ཆེས། བྱ་མོའི་བྱོན་གོས་རྟེན་བ་དག་གལ་དག་མོར་སྟེབས་ཏེ་མོའི་སྤོང་གནས་སུ་བཞག་ཆེས་སྤྱི་སྤོ་
ཚན་ནས་ཡང་ན་བྱ་མོའི་སྤོང་ཁང་གི་སྤོ་ཁར་དར་དཀར་བོ་ཞིག་འདྲོགས་བ་རེད། དེས་བྱ་མོ་གནས་ལ་
འཁྲིད་སོང་བ་མཚན་ཞིང་བྱ་མོའི་པ་མས་ཀྱང་ཁ་བཏགས་མཐོང་བ་ན། ད་གཞོན་བྱ་མོ་གཞན་གྱིས་མནའ་
མར་ཁྲིད་ཟིན་པ་གསལ་བོར་ཤེས་བ་རེད། ཕྱི་ཉིན་སྤྱི་མོར་གཉེན་ཆང་ཆང་གིས་གཏམ་ཁ་ལྟེ་སྤོ་རིག་
གསུམ་འཛོམས་ཀྱི་བར་བ་ཞིག་བཙལ་ཆེས། བར་བ་དེས་བཟླ་ཤིས་སྤྱི་སྤྱད་དཀར་བོས་ཐོག་དངས་ཏེ་ཅི་
འབྱོར་གྱི་དངོས་པོ་བྱིར་ནས་བྱ་མོ་དངོས་སུ་སྤོང་དུ་འགྲོ་བ་རེད། གོང་གི་གཉེན་གསལ་ནས་སྤྱིག་སྤོངས་
འདི་ནི་གཉེན་དོན་ལ་འཐད་པ་མ་བྱུང་བའི་གནས་བབ་འོག་གི་བྱེད་ཐབས་ཤིག་ལས་གཞན་གཉེན་སྒྲིབ་
སྤྱབས་བདེ་བྱེད་པའི་ཐབས་ཤིག་ཀྱང་རེད། དེ་ནས་བྱ་མོའི་པ་མ་གཉེན་དོན་ལ་འཐད་མ་འཐད་གང་

བྱས་ཀྱང་ཉེ་འཁོར་གྱི་བསམ་ཤེས་ཀྱི་པོ་འགའ་རེར་འབོད་འབྲུགས་ཀྱི་ཇ་ཆང་སོགས་འདྲིན་ལ། དེ་ནས་གཉེན་ཆང་གིས་ཆང་ཕྱད་མཆོད་ཇེས་ཁ་བདགས་ཀྱི་ཕྱེ་དངས་ཏེ་གུས་གུས་ཁུམ་ཁུམ་གྱིས་སྒོ་ནས་ཨ་ཁང་ཆང་ལ་དྲངས་ཇེས་གཏམ་གྱིས་འགོ་ཚུལ་པ་རེད། ཁ་བད་བྱས་པའི་བརྒྱུད་རིམ་ཁྲིད་པན་ཚུན་བར་ཚོད་སྤང་དང་ཐ་ན་གཉེན་སྟོན་གནས་སྐབས་སུ་སྤང་མཚམས་འཇོག་དགོས་པའང་འབྱུང་གིན་ཡོད་པ་རེད།

མང་ཆེ་བར་གྲོས་མཐུན་འབྱུང་བ་རེད། གྲོས་མཐུན་བྱུང་ཇེས་ཨ་ཁང་ཆང་གིས་གཉེན་སྟོན་དང་ལེན་བྱེད་ལ་ད་དུང་ཕྱོགས་གཉིས་ཀས་གཉེན་སྟོན་ལེགས་འབྲུབ་འབྱུང་བའི་རྟེན་འབྲེལ་དུ་མཆོད་ཆང་གཙང་བཞེས་གནང་བ་རེད། བྱ་མོའི་སྤྱིང་ལྷག་འདི་འདྲ་ལ་བྱ་དགོས་ཚུལ་དང་རྒྱུ་ཆ་སོགས་ཇི་ཅིས་དགོས་པ་བར་པ་ལ་བཤད་ཆེ་བར་བས་གུས་པའི་སྒོ་ནས་དང་ལེན་བྱེད། ད་དུང་རྫོངས་སྐལ་དང་རིན་མ་སོགས་ཀྱང་གཏན་འཁེལ་བྱེད་སྒོ་ཡོད། རིན་ལ་ཡང་རིན་མགོ་དང་རིན་གཞུང་རིན་གཞུག་སོགས་ནུས་གྲངས་མང་དུ་ཡོད་པ་རེད།

གཉེན་སྦྲོང་མཁན་གྱི་ཕྱོགས་ནས་རབ་གསེར་དདུལ་དར་ཟབ་དང་རྟ་ཞོར་ལྷག་གསུམ་བརྒྱ་ཕྱག་གི་ཡན་ནས་སྤྱོད་སྒོ་ཡོད། འབྲིང་ལ་གང་མཚམས་གིས་སྤྱོད། སྤང་བོ་ལ་རིན་དང་རྫོངས་པ་མི་དགོས་པ་ཡང་ཡོད། མ་སར་ནུ་རིན་ཡང་ཟེར། བག་མའི་བྱིས་ལ་རབ་ཡིན་ན་རྟོད་མ་དང་། འབྲིང་ལ་མཛོ་མོ། མཐའ་མ་ལའང་འབྲི་བཟང་བོ་ཞིག་སྤྱོད་སྒོ་ཡོད། རྫོངས་སྐལ་ནི་བག་མའམ་མག་པའི་བྱིས་ནས་གཉེན་ལ་ཆང་ལ་སྤྱོད་དགོས། རྫོངས་སྐལ་ལ་རྟ་ཞོར་ལྷག་གསུམ་སོགས་བརྒྱ་ཕྱག་ནས་བརྒྱ་ཕྱག་བར་དང་གསེར་དདུལ་གོས་ཕྱག་སོགས་གང་འཛོམས་གིས་སྤྱོད་བ་རེད། གལ་ཏེ་འཕྱོར་བ་ཞན་ན་རིན་སོགས་མེད་ཀྱང་ཆོག པ་མའི་གཅེས་ཕྱག་གཅེན་གཙུང་གི་འདད་ཅན། ཁ་ལ་ན་ཟླའི་སེམས་རྟེན་ཞིག་གསེར་རིན་ཆེན་སྤྱོད་གིས་ཉོ་མི་ཐུབ་ན་ཡང་མི་རྟོག་རྒྱུ་དང་མཆོད་ཇེས་དང་གུར་གུར་ཉུང་སྤྱན་ཇེས་ཞེས་པའི་དཔེ་ལྟར། བྱ་མོ་སྤྱོད་རིན་དང་ཨ་ཁང་ཆང་ལ་གུས་ཞབས་མཆོན་བྱེད་གིས་ལེགས་སྤྱོད་ལྟ་བུར་རྒྱ་ཞོར་འཛོམས་ཆོད་གིས་འབྲུལ་བ་རེད།

ཨ་ཁང་ཆང་གིས་ཀྱང་གཉེན་ལ་ཆང་གི་སྤྱིང་ལྷག་དང་བྱ་མོའི་སྤྱིང་ལྷག་གཞི་གཅིག་ཏུ་ཡོད་པ་གཞིར་བཞག་ནས་བྱ་མོར་གཅེས་སེམས་མཆོན་བྱེད་དུ་རྫོངས་སྐལ་གང་ལེགས་སྤྱོད་བ་རེད། རིན་དང་རྫོངས་པ་སྤྱོད་བའི་ལྷགས་སྒོ་འདི་ནི་པན་ཚུན་ལ་བཙེ་བཀྱར་ལ་རབས་མི་ཚོས་ཀྱི་རྒྱང་གཞིའི་སྤང་ནས་བྱུང་བའི་སེམས་མཆོན་བྱེད་ཅིས་ལས་ཕྱོགས་རེ་བའི་ཁེ་པན་གཙོ་བོར་འཛིན་པའི་བྱ་སྤྱོད་ཅིག་མ་ཡིན། གོང་གི་དེ་དག་གྲུབ་ཇེས་མི་རིང་བར་གཉེན་ཆང་གིས་ཨ་ཁང་ཆང་

གིས་བཤད་པའི་བྱ་མའི་གོས་རྒྱན་ཚགས་སྤྲུལ་ཆུང་པ་བྱས་ཇེས། ཡང་བསྐྱར་གཟུང་སྐར་བཟང་པོ་ཞིག་དང་
བསྐྱར་ནས་ཨ་ཁང་ཆང་ལ་སྒྲེལ་ཞིང་། དེ་དུས་ཚུགས་གཉིས་ཀས་གོས་བྱས་ཏེ་ཆེས་མཐའ་སྟགས་ལ་ཁྱེས་
ན་གཉེན་སྒྲོན་གྱི་ཉི་མ་གཏན་འཁེལ་དང་མག་སྒྲེལ་བག་སྒྲེལ་སྟགས་མི་བྱངས་ག་ཆོད་ཡོད་པ་སྟགས་གཏན་
འཁེལ་བྱེད་དོ།

གཉིས་པ། གཉེན་སྒྲོན་བྱེད་ཚུལ།

གཉེན་སྒྲོན་བྱེད་པའི་བྲག་གིས་དུས་བཟང་གི་ཉིན་མར་མ་ཐོན་གོང་དུ་གཉེན་ཆང་གིས་རང་གི་ག་
ཉེ་རིང་དང་ཕུ་རུ་སྐྱུན་ཟླ་ནམས་མགྲོན་དུ་འབོད་ལ། ད་དུང་སྒྲོན་མའི་ཐེར་ཁ་སྒྲིག་པ་ལ་ཡང་ག་དང་
སྐྱོམ་ཆུ་འཛིག་མི་ཆོག་ཅིང་ཆོད་དང་ལུན་པའི་ཐེར་ཁ་ཞིག་འཛིག་པ་རེད། གཉེན་སྒྲོན་གྱི་ཐུར་ཉིན་སྒྲོན་
འཛིན་པ་མང་པོས་སྤྱ་ལེན་པ་སྟགས་ཆེད་མོ་སྤྲ་ཆོགས་ཆེ་ཞིང་། སྒྲོན་མོ་བྱེད་པའི་ཉིན་མར་སྒྲོན་འཛིན་
པར་ཡོང་བའང་ཡོད་ལ་བག་སྒྲེལ་ལམ་མག་སྒྲེལ་ཆོས་དུས་ཆོད་གཏན་འཁེལ་བྱེད་དགོས་ལ། གཉེན་ཆང་
གིས་ཀྱང་དེ་དག་ལ་བསྐྱུ་མ་བྱེད་པའི་བྲག་སྒྲིག་བྱེད་དགོས། ད་དུང་གཉེན་ཆང་གི་སྒྲོན་མའི་ཉིན་མར་བག་
སྒྲེལ་དང་མག་སྒྲེལ་ཆོར་ཇ་སྐྱོམ་པའི་བྱེད་མེད་ཅིག་དགོས་པ་དེ་ལ་ཇ་སྐྱོམ་ཨ་མ་ཟེར། བྱེད་མེད་དེ་ནི་
གཏམ་བཤད་ན་ཁ་ཐུ་བདེ་ལ་ལག་ལས་ཀ་སྤྲ་འཛོམས་ཡིན་པ་ཞིག་འཛིག་པ་རེད། བག་སྒྲེལ་དང་མག་
སྒྲེལ་ཆོད་སྒྲོན་དུ་ཇ་སྐྱོམ་ཨ་མས་མཆོད་པ་ལན་གསུམ་འཕེན་ལ། དེས་བག་མ་དང་མག་པར་བདེ་སྦྱིད་
ལུན་པ་སྟགས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་མཆོན། བག་མ་རྟ་ཐོག་ནས་འབབ་སའི་གནས་ཏེ་གཏན་གྱི་སྦྱང་དུ་གཡང་
དུང་བྱིས་ཡོད་ལ། དེས་བག་མ་བདེ་སྦྱིད་ལུན་པ་དང་བྱིས་བཟང་ཆང་འཕྱིག་མཐུན་ཡོང་བའི་རྟེན་འབྲེལ་
མཆོན། བག་སྒྲེལ་ཆོ་བྱིས་དུ་ཐེབས་ཇེས་འོ་ཇ་དང་མར་ཁྱ་སྟགས་འབྲེན། དེ་ནས་ཇ་སྐྱོམ་ཨ་མས་འགོ་
བཟུང་ཏེ་བག་སྒྲེལ་ཆོས་གཏམ་བཤད་ནས་ཆུ་དར་ཆོད་རེས་བྱེད། དེའི་ཇེས་སྤྲུལ་གཉེན་ཆང་ངམ་ཨ་ཁང་
ཆང་གི་སྒྲེལ་པ་ཞིག་གིས་སྤྲུལ་ཆང་ནས་སྤྲུ་སྐྱོ་འབྱེད། སྒྲེལ་པ་ཁ་བདེ་ཞིག་གིས་མག་པ་ལ་གྲོན་པ་བསྐྱོན་
པ་དང་སྤྲུ་མ་ཆོར་བཀའ་དབང་ཡིན་ཟེར་ནས་སྐྱོར་མོ་སྦྱར་བ་རེད། མག་པ་དང་བག་མ་སྤྲུ་ཡིན་ཡང་སྒྲོན་
མའི་བྱིར་ཉིན་ལུལ་ལ་ལོག་པ་དང་ཉིན་འབྱང་སྐར་བཟང་གཏམས་ཏེ་བག་མ་དང་མག་པ་འཕྱང་དུ་བཅུག་
པ་དང་བྱིས་ལུགས་རང་གི་བྱ་མོར་སྦྱར་ལ་ད་དུང་ག་ཉེ་ཆོས་ཀྱང་འཛོམས་ཆོད་གྱིས་བག་མ་དང་མག་པའི་
འཆོ་བར་རྟགས་རམ་བྱེད་པ་རེད།

མང་པོའི་རྒྱ་ཚང་ཨ་ཁྱ་ཕྱོགས་ཀྱི་གྲ་སྟོན་བྱེད་སྤངས་རགས་ཙམ་བཤད་པ།

ཀྱེ་ཕུར་རྩོམ་ཆོ་རིང་། རྒྱ་མང་གོ།

གྲ་སྟོན་ཞེས་པ་ནི་ལོ་བརྒྱད་ཅུར་སོན་ཆེ་རྟེན་འབྲེལ་ལྷ་བའི་མཛད་སྒོ་འམ་སྟོན་མོ་ཞིག་སྟེ། དེ་ནི་
བོད་དང་རྒྱ་སོགས་མི་རིགས་གཞན་པ་དང་རྒྱལ་ཁབ་མང་བོ་ཞིག་ལའང་དར་བའི་སྒྲིལ་ཞིག་ཡིན།

དེ་ཡིང་ངས་མདོ་སྤངས་མང་ཆོད་ཕྱོགས་ཀྱི་གྲ་སྟོན་གྱི་ནུས་པ་རགས་ཙམ་ཞིག་བཤད་ན། འདི་ལྟ་སྟེ།
དེ་ཡང་གྲ་སྟོན་བྱེད་སྤངས་ལ་རིགས་མི་འདྲ་བ་གཉིས་ཡོད་དེ། ལོ་གསར་ཆོས་གཅིག་གི་སྐབས་ལ་གྲ་སྟོན་
བྱེད་པའི་རིགས་གཅིག་དང་། རང་གི་སྐྱེས་སྐར་ལ་གྲ་སྟོན་བྱེད་པའི་རིགས་གཅིག་བཅས་རིགས་གཉིས་
ཡོད། མང་ཆོད་རྒྱ་ཚང་ཕྱོགས་ནས་སལ་ཆེར་ཆང་མས་ལོ་སར་ལ་གྲ་སྟོན་བྱེད། ཡང་མང་ཆོད་དགོ་ར་
དང་བྱ་མདོ་མང་ར་སོགས་སུ་རང་གི་སྐྱེས་སྐར་ལ་གྲ་སྟོན་བྱེད་པ་ཡང་ཡོད་ཟེར། མོས་པ་ལས་མཐོང་མ་
སྤྱོད། ལྷ་ཡིས་ཀྱང་རང་གི་སྐྱེས་སྐར་ལ་གྲ་སྟོན་བྱེད། བདག་གིས་བཙུང་བྱ་དངོས་ནི་མང་ཆོད་རྒྱ་ཚང་ཨ་
ཁྱ་ཕྱོགས་ཀྱི་གྲ་སྟོན་བྱེད་སྤངས་ཏེ་ལོ་མ་སར་གོང་ཉེན་འགའི་སྟོན་ལ་ཆོད་མཁའ་སོགས་སུ་སོང་ནས་གྲ་
སྟོན་ལ་མཁོ་བའི་ཅ་ལག་དང་ཀ་ར་སིལ་རྟོག་སོགས་ཟས་རིགས་དང་བརྟུང་རིགས་ཉི། བུད་མེད་ནུས་
ཀྱིས་གོ་རེ་བཙོ་བ་དང་ཆོད་མ་སོགས་བཅའ། ད་དུང་ལོ་སར་བར་ཉེན་གསུམ་ཙམ་ཡོད་དུས་སྒོ་ཕྱི་ཁྱིམ་
ཆོད་མར་བྱི་བདར་བྱེད། རྒྱ་ཚང་ཁ་སྐད་དུ་དེ་ལ་དུད་པ་ལེན་ཟེར། ལོ་གསར་ཆོས་གཅིག་ཉེན་སྲུ་ཆོད་ལ་
ལོ་བརྒྱད་ཅུ་ཅན་ཡོད་ཆེ། དེ་ཆོད་གི་བྱ་དང་བྱ་མོ་སོགས་ཁྱིམ་མི་ཆོད་མ་ལྟ་མོ་ནས་ཡར་ལངས་ཏེ་བུད་
མེད་ནུས་ཀྱིས་ཁྱིམ་ལ་སྒྲིལ་བདུག་པ་དང་བྱི་བདར་སོགས་བྱེད། སྐྱེས་པ་ནུས་ཀྱང་ལྟ་མོ་ནས་མལ་
ལས་ལངས་ཏེ་ཁ་ལག་གཙང་མ་ཞིག་བཀྲས་ཆེས་ལོ་ན་ཁྱ་པ་ཞིག་གིས་མགོ་བྲིད་དེ་བསང་ཅི་དང་དུང་
དཀར། ཁབ་མུ། དར་ཕྱོག་རྒྱང་རྟ་སོགས་ཁྱིར་ནས་བསང་བུད་དུ་འགྲོ། ཉེན་དེར་བསང་མགོ་དཔྱིགས་
བསལ་གྱིས་གོ་རེ་དང་ཀ་ར་སིལ་རྟོག་སོགས་བཞག་ནས་བསང་ཅི་བཅའ། བསང་མེ་གསོས་ཆེས་སྟོན་ལ་
དར་ཕྱོག་འདོགས། དར་མགོ་སྟོན་པོ་དང་དར་རྩ་མེར་བོ་འདོགས། བསང་མེ་རུང་ཙམ་འགོས་པ་ན་བསང་
ཅི་མེད་ནང་དུ་སྐྱགས་ནས་ཐོག་མར་ཁྱ་པས་ཁབ་མུ་པོར་གསུམ་བསང་ནང་དུ་མཆོད་པ་དང་མཉམ་དུ་

དག་ནས་གཅིག་གཉིས་གསུམ་བཞི་ལྟ་བུ་བདུན་བརྒྱད་དུ་བསྐྱེད་པའི་གཅིག་བསྐྱེད་གཉིས་བསྐྱེད་གསུམ་བཞི་བསྐྱེད་ཅིས་པ་ན་གཞན་དག་ཀྱང་དམག་ལ་དམག་བརྒྱ་འཕྲོར་བ་བཞིན་ལ་ལས་བསང་ཅི། ལ་ལས་དུང་ལུས། ལ་ལས་ཆབ་མཚན། ལ་ལས་རྒྱང་ཏྲ་བསྐྱོད་པ་སོགས་བྱས་ནས་བསང་ཁྲི་ལ་སྐོར་བ་གསུམ་ཙམ་བརྒྱབ་ཆེས་ཀན་པའི་ཆེས་སྤྱ་འབྱེད་ནས་ཁང་བར་ཕྱིར་སྐོར་ཞིག་བརྒྱབ་ནས་ཕྱིར་བྱིས་ལ་ཡོང་། མི་འགས་མཚན་ཁང་ནང་ལ་བྱི་བདར་ལེགས་པོ་ཞིག་བྱས་ཆེས་འདྲ་སྤྱ་བཤམས་ཤིང་མཚན་མེ་སྐོན་ཏེ་ཉེ་མདུན་ལ་མཚན་པ་བཤམས་པ་སོགས་བྱེད། མི་འགས་མཐོན་ཁང་ནང་ལ་ཐེར་ཁ་བསྐྱིག་དགོས། བཤད་སྒྲིལ་ལྟར་ན་ཐེར་ཁ་སྐྱིག་སྐབས་ཐེར་མགོར་གོ་རེ་བསྐྱིག་དགོས་ཟེར། དེའི་ཆེས་ཤ་དང་ལྷན། ཀ་ར། སེལ་ཏྲིག་སྐོར་ཆུ་སོགས་བཟའ་རིགས་དང་བདུང་རིགས་གང་འཛོམས་འཛོམས་ཤིག་བསྐྱིགས་ཆེས་ཀན་པོས་བོད་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་དང་ཐུན་པའི་ཕྱག་གམ་ཡང་ན་ཆ་ཅུ་ཞིག་གྱོན་ནས་གཤམ་མགོའི་སྤྲ་མཐུག་པོ་ཞིག་གི་སྤྱིང་དུ་བཞུགས། མདུན་དུ་བཤམས་པའི་ཐེར་ཁ་ལ་རོལ་སྤྱོད་བྱེད་ཞོར་མ་ཞི་འདོན་གྱིན་མ་ཞིའི་འཁོར་ལོ་སྐོར། ཡང་ན་ཁ་འདོན་དགེ་སྤྱོད་བྱེད།

གཉེན་ཏེ་དང་ཕྱོགས་པོ་ཆོ་ཡང་ལྷ་མོ་ནས་ལངས་ཏེ་ཕྱོགས་བཞི་མཚམས་བརྒྱད་ནས་ལེགས་སྐྱེས་དང་ལོ་བརྒྱ་ཁྱེར་ནས་ཀན་པོར་ཉེན་འབྲེལ་བྱ་བ་ཡོང་། ཀན་པའི་བྱ་དང་བྱ་མོ་ཆ་བོ་ཆ་མོ་སོགས་ལོ་ན་གཞོན་པ་ནམས་ཀྱིས་ཉེན་འབྲེལ་བྱ་སྐབས་སྤོན་ལ་ཕྱག་གསུམ་འཚལ། དེ་ཆེས་ཀྱི་སྐོན་ལ་ཉེན་འབྲེལ་བྱ་བའི་མཐོན་པོ་གཞན་དག་དང་འདྲ་བར་ཁ་གཡང་སྐྱོག་ཞོར་གོས་དང་ཕྱག་ཇ། ཆུ་ལྷ། ཁ་བཏགས་སོགས་ལེགས་སྐྱེས་འབལ། ད་སྐབས་སྐོར་མོ་ཉེར་བའི་སྒྲིལ་ཞིག་ཀྱང་དར་བཞིན་ཡོད། ཉེན་དེ་ནི་ལོ་གསར་ཡིན་པས་མཐོན་པོ་ཆོས་ལོ་བརྒྱ་ཡང་ལེགས་སྐྱེས་དང་སྤྲ་ཅིག་ཏུ་ཉེར། ཀན་པས་ཀྱང་ཕྱིར་ཁ་རྩོ་བཟུ་ཤིས་སོགས་ཀྱིས་ཆོག་བརྒྱུད་ཅིང་སྤྱིང་ནས་བརྩེ་བརྩེ་དང་ལག་པས་བྱིས་བྱིས་བྱེད།

བྱིས་མི་སྤྱི་ཡོན་ཡང་ཉེན་དེར་ཡར་མར་གང་ལ་ཡང་ལོ་ལྷལ་བྱེད་དུ་མི་འགྲོ་བ་དང་སོང་ཡང་ལྷུར་དུ་ཕྱིར་ཡོང་ནས་ཀན་པོའི་གཡམས་གཡོན་ནས་བསྐྱེད་དེ་ཁ་བརྒྱད་དང་འདུག་སོགས་བྱེད། ཉེན་དེར་ཀན་པོའི་འབྲམ་ནས་འདུག་པ་དག་ནི་རྒྱ་དུ་ཀན་པོ་དང་འབྲམ་མི་ཐུབ་པའི་བྱ་དང་བྱ་མོ་སོགས་ཡིན། ཉེན་དེར་ཉེ་འདབས་ཀྱི་དགོན་པར་སོང་ནས་རིམ་གྱོ་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་སྒྲིལ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད། ཉེན་གང་བོར་མཚན་མེ་འཛོག་པ་དང་ཆོ་ཐར་གཏོང་བ། མ་ཞི་འདོན་པ་དང་མ་ཞིའི་འཁོར་ལོ་སྐོར་བ་སོགས་བྱས་ནས་

དགེ་བ་རྒྱུ་བ་པ་དང་ད་དུང་དགོང་མོ་ཡང་ཟུ་བྱ་བྱ་བྱ་གཉིས་སུ་བགོས་ནས་མཚོད་མེ་འཛོག་པ་དང་
མ་ཁི་འཁོར་ལོ་སྟོར། བཤད་སྒྲུབ་ལྟར་ན་མ་ཁི་འཁོར་ལོ་གཅིག་ཉིན་ཞག་གཅིག་ལ་མཚོས་མ་ཚད་པར་
སྟོར་དགོས་ཟེ། ད་སྐབས་ཀྱང་སྒྲུབ་དེ་ལྟར་དུ་རྒྱུན་རྒྱུང་བཞིན་ཡོད། གྲུ་སྟོན་ལ་རྟེན་འབྲེལ་བྱ་བ་ཡོང་
བའི་མགོན་པོ་ཚོས་རྟེན་འབྲེལ་ལྷས་རྩེས་ཐད་ཀར་འགོ་བ་དང་མ་ཁི་འཁོར་ལོ་རྩེ་ཙམ་སྟོར་ནས་འགོ་
བ། ཆན་པོར་ཁ་བརྟུང་ཙམ་བྱས་ནས་འགོ་བ། ཉིན་ཞག་དེ་ལ་མ་ཁི་འཁོར་ལོ་སྟོར་བ་སྟགས་མང་བོ་
ཞིག་ཡོད་པོད། གང་ལྟར་ཀྱང་མགོན་པོ་འགོ་ཁར་ཆན་པོས་བྱ་དང་བྱ་མོ་མངགས་ནས་ལོ་གཡང་དང་ཇ།
ཆོ་བྱ། ཀ་ར། སེལ་རྟོག་སྟོར་མོ་སྟགས་ལོ་བརྒྱ་ལོས་འཚོམ་པ་རེ་བྱིན་ནས་སྟེལ་མ་བྱེད། ལོ་གཡང་ཟེར་བ་ནི་
གྲུ་སྟོན་སྐབས་མགོན་པོ་ཚང་མར་ངེས་པར་སྟེར་བའི་བཀྲ་ཤིས་པའི་དངོས་པོ་ཞིག་སྟེ། དེ་ནི་དཀར་པོ་ལ་
དུ་བཞག་ནས་བྱིན་པའམ་ཡང་ན་ཀ་ར་དཀར་པོ་(བྱི་མ་ཀ་ར།)ཤོག་བྱས་གཏུམ་སྟེ་དེའི་སྟེང་དུ་ལོ་གཡང་
དང་ཡང་ན་ཆོ་རིང་ལོ་བརྒྱ། ཡང་ན་བཀྲ་ཤིས་པའི་ལྟགས་སྟགས་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་གྱི་ཡི་གེ་བྲིས་ནས་སྟེར།
ལོ་བརྒྱ་སྟེར་སྐབས་མོ་ཚོད་ཆེ་རྒྱུར་ལྟར་ཁྱད་པར་བྱུང་ཙམ་ཡོད། ད་སྐབས་སྟོར་མོ་སྟེར་བས་སྟོར་མོ་སྟེར་
བ་ལ་མཚོན་ན་བྱིས་པ་རྩུང་རྩུང་བ་རྣམས་ལ་སྟོར་མོ་བརྒྱ་ནས་ཉི་ཤུ་སྟེར་བ་དང་དར་མ་རྣམས་ལ་ཟུ་བརྒྱ་
ནས་བརྒྱ་སྟེར། དེ་ལས་ཆན་པོ་ལོ་ན་བཤེས་བ་རྣམས་ལ་སྟོར་བརྒྱ་ཉིས་བརྒྱ་སྟགས་སྟེར།

འདི་ནི་རྒྱ་ཆང་རྩ་ཆན་ཕྱོགས་ཀྱིས་ལོ་གསར་ལ་གྲུ་སྟོན་བྱེད་པའི་རྣམ་པ་ཙམ་སྟེ། ཆོ་བ་གཞན་པས་
རང་གི་སྟེས་སྟོར་ལ་གྲུ་སྟོན་བྱེད་པ་ནི་འབྲི་བ་བོ་རང་ཉིད་ཀྱིས་མི་ཤེས་པ་མ་ཟད་དེ་རྩ་བའི་གྲུ་སྟོན་ལ་སོང་
ཡང་མ་ལྟར་བས་འདིར་རྒྱན་བཤད་མི་འདོད་དོ། ། རང་གི་སྟེས་སྟོར་ལ་གྲུ་སྟོན་བྱེད་པ་ལ་ཡང་རང་ཉིད་
དངོས་སུ་སོང་ནས་སྟེང་འདོད་དང་བཅར་འདྲི་བྱེད་བསམ་མོད། འོན་ཀྱང་དུས་ཚོད་ཀྱི་དབང་གིས་དངོས་
གནས་འགྲོ་བར་ཁོར་ཁོང་མ་བྱུང་བས་འདིར་ཆེད་དུ་དགོངས་འགལ་མེད་པར་བྱས་པ་ཡིན་ལགས། ང་ཆོ་
བོད་མི་རིགས་ལ་མཚོན་ན་གནད་ཟུ་མོ་ཞིག་ནས་དར་རྩལ་ཡང་ཡོད་ཀྱང་སྒྲུབ་འཛིན་བྱ་དགོས་
པ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། 《བོད་ཀྱི་གནད་རབས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་》ཞེས་པ་ལས་ཀྱི་རི་རྒྱུང་ཐོན་ཀྱི་རི་རྒྱུང་སྟོན་ཞེས་བྱ་
བའི་རྒྱལ་ཕྱན་འདིའི་རྒྱལ་པོ་ནི་ཀྱི་རྩ་མདུན་པོ་ཡིན་ཞིང་། དེའི་སྟོན་པོ་ངས་མི་དང་འགྲོ་གཉིས་ཀྱིས་བྱས་
ཏེ་རྒྱལ་ཕྱན་བྱི་ནད་གི་བྱ་བ་རྣམ་པ་སྟེ་ཆོགས་དོན་དུ་གཉེར་བཞིན་ཡོད། རྒྱལ་ཕྱན་དེའི་ལས་སུ་ཞིང་
ལས་དང་ལྷགས་ལས་གཉེར་བའི་ཁར་བྱད་མེད་ཀྱི་ཆ་རྒྱན་སྟགས་བཟོ་བའི་ལག་ཤེས་བཟོ་ལས་ཀྱང་དར་

ཆེ། ཆོ་བའི་བར་དངོས་པོ་བཞེ་རེས་བྱེད་ཅིང་། ཆོང་ལ་རྒྱ་དང་གཡོ་སྒྲིབ་མི་བྱེད་པ་དང་། རྩོགས་གཉིས་
ཀས་པན་ཚུན་ཡིད་ཆོམ་པའི་ཆོང་བྱེད། ལོ་བཅུ་བཞི་ལ་སོན་ན་བྱ་མོ་གཞན་གྱི་བག་མར་ཞེས། ལོ་བཅུད་
ཅུར་སོན་པའི་མི་ལ་ཆོ་མཐར་བྱིན་པའི་སྒྲིབ་མོ་བྱེད། ལྷན་བུའི་གོས་ནི་རིན་པོ་ཆེར་བཅི། སྒྲིབ་ཁང་ན་མས་
མཐོ་སར་དོ་བས་བཅུགས། ར་ལྷག་ཏུ་ནོར་སོགས་སྒྲིབ་ལྷགས་སུ་གསོ། ལྷན་བྱ་བོ་སོ་བ་རྣམས་སྒྲིབ་འདེབས་
བྱེད་པ་ཡིན་པར་གྲགས་སོ།

མཐུག་གི་གཏམ།

བདག་ལྟ་བའི་སྒྲིབ་མིག་དོག་པོ་ཞིག་གིས་བྱ་སྒྲིབ་བཤད་དགོས་ན་དོ་ཆ་བའམ་འཆོར་སྒྲིབ་སྒྲིབ་པ་
ཞིག་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་། འདིའི་རྩོགས་ལ་དགའ་སྒྲིབ་དང་སྒྲིབ་ཡོད་པའི་མི་ཞིག་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་
ད་ཐེངས་མཐར་བྱིན་ཆེད་ཚོམ་གྱི་ཉིང་དུ་བྱ་སྒྲིབ་སྒྲིབ་རགས་ཙམ་གྲེང་བར་འདོད། ཆ་མ་ཆང་བ་དང་
སྒྲིབ་མང་བོ་ཡོད་མིང་པས་མཁུན་རྒྱ་མཐའ་ལས་ཡངས་པའི་མཐམ་བ་དང་རྣམ་དཔྱད་སྒྲིབ་ལྷན་ལྷན་བའི་
ཆེད་མཐམ་བ་དག་གིས་སྒྲིབ་སྒྲིབ་རེ་གནང་རོགས།

ཨ་ཁྱེས་ལ་གོ་སྟོན་སྐོར་གྱི་ཁ་བདེ་བྱས་པ།

མགར་རྒྱལ་རྒྱལ་ཆོ་རིང་། ། འབའ་ཚྱང་། །

སྤྱིང་གཞི།

སྤྱི་ལོ་༡༠༡༣ལོར་ང་རང་དགུན་གནང་སྐབས་སུ་ཕ་ཡུལ་ལ་ཐོན་པའི་ཨེས་སུ་རུབ་ཇ་འབྱུང་ཞོར་དུ་
ཨ་ཁྱེས་ང་ཆོ་བྱིས་མི་ཡོངས་ལ་ཁ་བདེ་བྱེད་ཞོར་དུ་ལོ་རྒྱུ་མོ་ལོ་དགུ་བརྒྱ་ཡིན་པས་གོ་སྟོན་བྱེད་དགོས་ཞེས་
བྱིས་མི་ཡོངས་ལ་བྱ་བ་རྒྱབ་ཡུགས་སོགས་བཤད།

སྐབས་དེར་ངའི་མེས་ཀྱི་སྟོན་མོ་ཡོད་པས་ཀར་སེལ་མང་བོ་ཡོད་སྟེ་ཕ་ལས་སྟོན་མོའི་གོ་རིམ་དང་
བྱ་བ་སོགས་གང་ལའང་འདད་མ་བརྒྱབ། ལོ་གཉིས་ཀྱི་ཨེས་ཏེ་༡༠༡༥ལོར་བྱིར་འདང་ཞིག་རྒྱག་ཞོར་དུ་
ཨ་ཁྱེ་ལ་གོ་སྟོན་གྱི་བརྒྱུད་རིམ་ཆ་ཆང་དྲིས་པ་ཡིན།

དེ་ནས་ཨ་ཁྱེས་ང་ལ་བྱིར་ད་ལྟའི་དུས་འདིར་མི་ལོ་མང་བོར་འཆོ་རྒྱ་ནི་ཉ་ཅང་དཀའ་བའི་ཆོད་དུ་
འདུག་མོད། ཆོ་རིང་བའི་མི་ལ་ལོ་བརྒྱད་ཅུ་ལ་གྱ་སྟོན་དང་དགུ་བརྒྱ་ལ་གོ་སྟོན་དང་བརྒྱ་ལ་བརྒྱ་སྟོན་
བཅས་རེ་རེ་ནས་མིང་མི་འདྲ་བ་རེ་ཡོད་ལ་དེ་དག་གི་རྒྱལ་པ་དང་བྱེད་སྟོན་ཕལ་ཆེར་འདྲ་བ་རེད། དེ་བས་
ས་ཕྱོགས་འདིའི་གོ་སྟོན་གྱི་བརྒྱུད་རིམ་ཤེས་ཆོད་ལྟར་ཅུང་ཙམ་བཤད་ན།

དངོས་གཞི།

གོ་སྟོན་ཞེས་པའི་མིང་དགུ་བརྒྱ་ལ་གོ་ཞེས་གངས་ཀྱི་སྟོན་ནས་བཏགས་པ་ཡིན་ལ། གོ་སྟོན་བྱེད་པའི་
ཉིན་མོ་ནི་ལོ་འགོ་ཆོས་འགོ་ཞེས་ཆོས་གསུམ་ལ་གོ་སྟོན་བྱེད་མཐན་མང་ཤོས་རེད། འགའ་རེས་ཉིན་བཟང་
སྐར་བཟང་བདམས་ནས་གོ་སྟོན་བྱེད་སྐབས་ཀྱང་ཡོད་པས་དེ་ནི་ཉི་མ་ངོས་འཛིན་ཚུལ་ཡིན།

བྱིར་གོ་སྟོན་ལ་གྲ་སྒྲིག་བྱེད་སྐབས་དང་གོ་སྟོན་མ་ཡིན་པའི་སྟོན་མོ་སོགས་ལ་གྲ་སྒྲིག་བྱེད་སྐབས་མི་
འདྲ་ས་ཆེར་མེད་མོད། ཅུང་ཙམ་ཡོད་པ་ནི་གོ་སྟོན་ལ་གྲ་སྒྲིག་བྱེད་སྐབས་གཙོ་བོ་གོ་སྟོན་བྱེད་སའི་ཆུན་
པ་དེའི་ལོ་རྒྱུང་དང་འབྱུང་བ་བཅས་ལ་བརྟམས་ཏེ་མྱེར་ཁའི་ཁ་འཁོར་ཕྱོགས་དང་ཆུན་པ་ཁོང་འདུག་སྐབས་
གཏན་འཁེལ་བྱས་ཏེ་གྲ་སྒྲིག་བྱེད་ཡུལ་གཙོ་བོ་ཆུན་པ་ཁོང་ལ་བཀོད་སྒྲིག་ཡག་པོ་བྱ་རྒྱུ་དེ་རེད།

གོ་སྟོན་གྱི་མཛད་སྟོན་དངོས་དང་འབྲེལ་བའི་བརྒྱུད་རིམ་ལ། དང་བོ་གོ་སྟོན་སྟོན་གྱི་ཉིན་འགའི་རིང་

ལ་ཚས་ལྷགས་ཀྱི་ཚེ་ག་ལྟར་སྒྲུ་རིམ་བསྐྱབས་པ་དང་བྱས་བྱེད་པ་སྟགས་ཚགས་ལྷ་རྒྱུད་པ་བྱས་ཏེ་བཀྲ་
ཤིས་དུས་བཟང་གི་ཉིན་མོར་གོ་སྒྲོན་བྱེད་སྒྲུ་ཡོད།

སྒྲོན་མའི་ཐུར་ཉིན་ཀན་པ་ཁོང་གི་བྱས་པ་དང་ཚ་བོ་ཚ་མོ་གཙོས་ཏེ་སྒྲོན་ཚང་མས་ཐུར་ཁ་འཛོག་པ་
དང་གཙང་སྒྲུ་བྱེད་པ་སྟགས་ལྷ་སྒྲིག་བྱ་ལོ་ལ་ཞིག་བྱས་ཏེ་གོ་སྒྲོན་ལ་བསྐྱུག་པ་རེད། ། སྒྲོན་མོ་མ་བྱས་
པའི་སྒྲོན་ལ་སྒྲུས་པ་ཚས་རང་རང་ས་ནས་བསང་མེ་གསོ་བ་དང་བྱད་མེད་ཚས་རྩ་སྒྲོལ་བ་དང་ཟས་གཡོ་
བ་སྟགས་བྱས་ཏེ་སྒྲོན་མོ་དངོས་ཀྱི་དུས་ཚིང་ལ་བསྐྱུག་དགོས། ཉིན་དེའི་རྒྱ་ཚིང་དང་བོར་ཐོན་མ་ཐག་
སྒྲུས་པ་ཚས་བསང་བྱད་དེ་དུང་སྒྲུ་ཐོས་པ་དང་མཉམ་དུ་བྱད་མེད་ཚས་ཀྱང་རྩ་བྱད་མཚན་པ་སྟགས་ཉེན་
འབྲེལ་གྱིས་མདུན་བསྐྱུས་ཏེ་ཀན་པ་ཁོང་གི་བྱ་བུ་མོ་ཚས་ཆེ་རྒྱུད་ལྟར་རིམ་བཞིན་ལྷག་འཛལ་ནས་ད་བར་
དུ་གཉོར་སྒྲོད་བྱས་པར་བཀའ་དྲིན་བྱ་རྟེན་དུ་ཞེས་རང་རང་གི་ལེགས་སྒྲུས་འབྲུལ་བ་དང་། ཡང་ན་སྒྲིག་
སྒྲོད་དགེ་སྒྲུབ་ཀྱི་བྱ་བ་གང་ཅང་ཁས་སྒྲུངས་ནས་རེ་རེ་བཞིན་བྱིས་མི་ཡོངས་ཀྱིས་སྒྲན་བྱ་བྱེ་ཅིང་། ཀན་
པ་ཁོང་གིས་ཀྱང་ཁྱོད་“ཚས་ད་ལ་འདི་ལྟར་གྲས་བཀའ་དང་སྒྲི་བྱ་སྒྲུབ་པར་བཀའ་དྲིན་ཆེ། དང་ལོ་དགུ་
བཅུར་བྱད་པའི་ཀན་པ་ཞིག་ཡིན་པས་ཁྱོད་ཚོ་གར་སོང་གར་བསྐྱད་ས་ནས་ཁ་ལས་དགེ་ཞིང་བསམ་པའི་
དོན་བྱུབ། དེ་བས་ངས་ལོ་དགུ་བཅུར་ཐོབ་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ལ་ལོ་ཞིག་སྒྲེར་”ཞེས་དཀར་ཡོལ་ཆེ་རིང་ལོ་
བརྒྱ་ཞིག་གི་ནང་ལ་ཀ་ར་བྱ་རམ་གང་སྟགས་ཏེ་བྱིན་ནས་སྒྲོན་མོ་མཐུག་བསྐྱུ་བ་རེད།

དེ་ནས་ནངས་རྩ་བཞེས་པ་དང་སྒྲན་དུ་སྒྲུགར་ཅིང་མོ་སྟགས་ལ་རོལ་ནས་བྱིས་མི་ཚང་མས་དགའ་
སྦྱིའི་དཔལ་ལ་རོལ་ཞོར་མགོན་པོ་སྒྲེ་ལེན་བྱེད་པ་དང་རྩ་གསོལ་མ་ཁན་དག་གིས་མགྲོགས་སྒྲུར་དང་གྲ་
སྒྲིག་བྱས་ཏེ་ཚྭ་གས་སོ་སོ་ནས་ལེབས་པའི་འབྲུལ་བ་རྒྱ་མས་ཀན་པའི་མདུན་སར་བྲིད་དེ་ཁ་གཡང་དང་
བཅས་པམ་ཚུན་ལ་ལེགས་སྒྲུས་ལུལ་བ་སྟགས་རིམ་བཞིན་ཟ་འབྲུང་དང་སྒྲུགར་ལ་རོལ་ཞིང་དགའ་སྒྲོམ་
ཉམས་པའི་སྒྲོན་མོ་ཉིལ་པོ་སྒྲུགར་གྱིས་བསྐྱུལ་བ་རེད།

ཡུལ་དགའ་བདེའི་གཉེན་སྣོན་རགས་ཙམ་བཤད་པ།

སྟག་ཕྱག་དགའ་བདེ།

དང་གོ་གཉེན་སྣོན་བ་དང་གཉེན་རྟགས་རྒྱག་པ།

གཉེན་སྟག་ཅེས་པ་ཡུལ་ཁམས་དང་ཕྱེ་བ། ད་དུང་འཛམ་གླིང་གླིང་མི་རྒྱལ་གྱིས་བྱིས་ཐབ་འཛིན་
སྣངས་ཤིག་ཡིན། དེས་ན་གངས་ཅན་བོད་ཡུལ་གྱི་མདོ་དབུས་ཁམས་གསུམ་དང་། ལྷ་པར་དུ་མདོ་སྣང་
ཨ་མདོའི་ཕྱོགས་གྱི་མགོ་ལོག་དགའ་བདེ་ལ་མཚོན་ན། གཉེན་སྣོན་སྣངས་དང་། ཉེ་ལག་བར་དུ་གཉེན་
དར་འཐེན་པ། བན་ཚུན་འདུམ་ལེགས་ན་མནའ་མ་ལེན་བ་དང་མག་བར་འགྲོ་བ། བ་མ་སོ་སོའི་རྩར་དུ་
ཕྱད་ནས་བྱིས་གསར་འཛིན་བ་སོགས་མང་བོ་ཡོད། ན་གཞིན་པོ་རྒྱུད་པོ་མོའི་བྱིས་ཐབ་འཛིན་བ་ལས་
གནའ་རབས་ཀྱི་ལྷགས་སྟོན་དུ་པོའི་མནའ་ཤག་དང་སྟགས་པོའི་བར་གྱི་བྱ་བ་མོ་རྒྱུད་རྒྱུད་སྐབས་ནས་རྒྱུད་
ཉེ་ཞེས་པའི་གཉེན་རྟགས་དང་ལེགས་སྟེས་སྒྲངས་ནས་ལོ་རྒྱུད་ཀྱི་བབ་དང་བསྟན་ཏེ་གཉེན་སྟག་བྱེད་པ།
མི་རྒྱུད་དང་རིགས་རྩས་གྲུབ་སྟེ་བ་པའམ་བྱིས་རྒྱུད་བར་དུ་འབྲེལ་བ་བསྐྱེད་ནས་གཉེན་སྣོན་བ་དང་། བ་
མའི་སྟོན་མཐུན་གྱི་བྱ་བ་མོ་གཉེན་སྟག་བ་སོགས་ཡོད་ཅིང་། ཁ་དཔེ་ལ། རྒྱང་བ་ལམ་ནས་མཐུན། སྐུ་ལོ་
གནམ་གྱིས་མཐུན། ཅེས་པའི་དཔེ་བཞིན། ན་གཞིན་པོ་མོའི་ལས་དབང་དང་བརྟེ་དུང་གི་ཁོར་ཡུག་ནས་
འབྲེལ་བ་དང་གིས་བརྒྱུད་ནས་ཕན་ཚུན་སྣོན་བབས་ཏེ་པོ་སེམས་མོ་དང་མོ་སེམས་པོ་ལ་མཐུན་ནས་རང་
དབང་གི་གཉེན་སྟག་པའང་ཡོད། གཉེན་ཆང་ཕན་ཚུན་བར་དུ་གཉེན་སྣོན་བ་དང་རང་དབང་གི་བྱ་བ་
མོ་གཉིས་ཀྱི་སྐུ་ལ་མ་བྱེད་པའམ་ཡང་ན་བྱིས་སྟོན་གང་ལ་མནའ་མའམ་མག་བར་ཡོང་དགོས་ན་དེ་ཆང་གིས་
བར་བ་མངག་དགོས། བར་བ་དེའང་ཁག་གཉིས་ལ་སྟོན་དཀར་ཁྱེད་ཀྱི་ཁྱེད་དུང་བའི་མི་ཁ་བདེ་ཁ་ལས་
བཟང་བོ་ཞིག་ཡིན་དགོས། དེ་ནས་ཁག་གཉིས་ཀྱིས་བཀའ་ཤིས་པའི་ཉེན་བཟང་སྐར་བཟང་ཞིག་བདམས་
ཏེ་གཉེན་སྣོན་བྱེད་པ་ཡིན། བག་མ་པར་འགྲོའམ་མག་བ་རྒྱུད་ཡོང་བ་གང་ཡིན་ཡང་སྟག་མར་གཉེན་
དར་ལེན་བ་སོགས་ནི་གཉེན་སྣོན་གྱི་སྟོན་པོ་དང་བོ་ཡིན་པར་སྣང་། ཡུལ་སྐད་ལ་ཉེ་དར་གནང་བྱིན་ཞེས་
བཤད་སྟོན་ཡང་འདུག ཉེ་དར་ལ་སྟེ་རག་ཟེར་ལ། དེ་ནི་ཡུལ་སྐད་དུ་རྒྱུ་གངས་ལ་དགོས་པར་སྣང་། ས་
གདན་དང་གོས་ཆེན་གང་བཟང་། སྐ་རགས། ཡུག་རས་སྟེ་སོགས་རྒྱུ་གངས་བསྟན་གསུམ་དང་བསྟན་དགུ་

གཉེན་སྦྲེན་གྱི་ནང་དུ་ཡན་ཚུན་ལ་དགོས་པའི་ལེགས་སྒྲིམ་གང་མང་ཞིག་ཡོད། མ་སྒྲིལ་བེར་པ་ལྟར་
པ་མ་གཉིས་ཀྱིས་བྱ་དང་བྱ་ཚོ་གང་ཞིག་ཡིན་ཡང་ལག་སོར་མོ་བར་བཅུ་ཡིས་གཉོར་སྒྲིང་དང་། ལ་ཞིམ་མངར་
ཅན་གྱི་འོ་ཞོ་སྒྲིང་ནས་འོང་བ་ཞིག་ཡིན་པས་ན། བྱིམ་ཁག་པན་ཚུན་གང་ཡིན་ཡང་བྱ་བྱ་མོ་སོང་ཆེས་
ཤུལ་དུ་ཡོད་པའི་པ་མ་ལ་གཉོར་སྒྲིང་དང་བཀའ་བྲིན་གྱི་ཆེད་དུ་ནུམ་གངས་དང་འཛོམས་རྟགས་ལུལ་བ་
ཡིན། ད་དུང་སྒྲེལ་དར་དུ་ཡང་མནའ་མ་དང་མག་བསྒྲེལ་བའི་ཨ་ཁང་དང་ཉེ་མི་གལ་ཆེན་ཆོར་ལེགས་
སྒྲིམ་སྒྲུ་གཉེན་ཆང་གང་གིས་བྱིམ་ཆང་གིས་ལྷག་དང་བལ་གདན་བལ་ཕྱར་སོགས་ཆོན་གངས་ཆེས་ནས་
དབུལ་དགོས། མག་པའི་བྱིམ་ལ་གཉེན་ཆང་གིས་བྱིམ་སྐལ་འཛོག་དགོས་པ་ཡིན། བྱིམ་སྐལ་རྟ་དང་མཛོ་
ཡང་ན་ཞོར་སོགས་ལོ་ཆེད་ནང་བཞིན་པན་ཚུན་ཉེ་དར་བྱིན་སྐབས་སུ་ནང་གོས་ལྟར་གཉེན་སྦྲེན་ཉེན་
བག་མ་སྒྲེལ་མཐའ་ཆོར་སྐར་སྒྲིལ་ཡོད། དེ་ནས་ཁང་མཛོ་ལ་མནའ་མའམ་མག་པ་སུ་ཡིན་ཡང་ཆུར་གཉེན་
ཆང་གང་ལ་འོང་སྐབས་སྒྲུག་པོ་སྒྲུག་མོ་གཉིས་ལ་སྒྲུག་ལ་བྱིར་ཡོད་ན་པར་ཨ་ཁང་ལ་མཛོ་ཞིག་འཛོམས་
དགོས་པ་དང་། གལ་ཏེ་མེད་ཆོ་པན་ཚུན་ཉེ་དར་བྱིན་སྐབས་སུ་མེད་པའི་ནང་གོས་སོགས་བྱེད་དགོས།
བག་མ་དང་མག་བསྒྲེལ་སྐབས་ཆོངས་སྐལ་ཁལ་ལ་བཀའ་ནས་བྱིན་པ་དང་། ཁལ་མ་བྱིར་འདྲེད་སྐབས་
སྐ་སྒྲིང་ཡིན་ན་རྟེན་འབྲེལ་མི་ལེགས་པར་བཤད་སྒྲིལ་ཡོད་པས་གཉེན་ཆང་གི་སྐ་ཞོན་ལ་ས་གདན་དང་
ལྷག་གོས་ཆེན་སོགས་ལ་གངས་རྒྱངས་ནས་སྒྲེར་དགོས་པ་ཞིག་རེད། བག་མར་བག་རྟ་ཡོད་ན་པར་མིང་
པོ་ལ་མིང་རྟ་ཡོད་དགོས་པ་ཡིན། གལ་ཏེ་མེད་པ་ཡིན་ན་གཉེན་དར་སྐར་སྐབས་འདུམ་མ་བྱས་པ་རྣམས་
ལ་གསལ་བྱ་དགོས། མག་སྐད་བག་སྐད་ཅས་པ་བག་མ་མག་པ་སུ་ཡིན་ཡང་གཉེན་ཆང་གི་ག་ཉེ་འོང་
སོགས་ཀྱིས་ཆེས་སུ་བསུ་བ་དང་སྐར་རགས་ཀྱི་ཆོལ་དུ་གོས་ལྷག་སོགས་བྱིན་དགོས་ལ། གཉེན་སྦྲེན་ཉེན་ལ་
བག་མའི་ལྷ་ལེན་མཐའ་ན། རྟ་ལ་ལེན་མི། ར་ལྷག་མཐའ་སོགས་གཉེན་ཆང་ལ་འཛོམས་དགོས་པ་ཡིན། དེ་
མོ་མོ་སུ་ཡིན་ཡང་ལ་ལས་དགེ་བ། གཤིས་སྒྲིང་ལེགས་པ། རྫོང་དཀར་གཞུང་བཟང་ཅན་ཞིག་ཡིན་དགོས།
ད་དུང་བག་མ་རྒྱངས་འཁོར་དང་རྟ་སོགས་ལས་བབས་ན་ཐང་དུ་བྱིར་གདན་དཀར་པོ་དེ་མ་མེད་པ་ཞིག་
འདྲིང་བ་དང་སྒོག་ལ་འབྲུ་དུག་ནས་ཀྱིས་ གཡུང་དུང་གི་རི་མོ་འབྲི་སྒྲིལ་ཡོད། ཉེན་དེར་བྱིམ་ཁག་གཉིས་

ཀྱིས་གང་ཡིན་ཡང་རྒྱ་མ་སྤུལ་སྤྱོ་སོགས་སྤྱེས་ཆེན་དམ་པ་ཞིག་གང་ན་དངས་ནས་གཡང་འབྲུག་པ་དང་
གཡང་གཏད་པ་སོགས་བོད་ཚོས་ཐུན་ཆུ་འགྲོས་ཀྱི་དཔེ་ནང་བཞིན་བྱ་དགོས་པ་ཡིན་ནོ།

སྒྲུབ་པ།

ཆོས་ཐུན་བོད་ཀྱི་གོམས་སྤུལ་མི་ཉམས་ཆེད།
གཉེན་སྟོན་རང་ལུགས་ཅམ་ཞིག་འབྲི་བ་ལས།
བདེན་པའི་གཏམ་གྱི་ཆོག་ལ་རྒྱན་མེད་ཀྱང་།
འབྱུང་འབྱུར་སྤུལ་ལགས་འཛིན་ལ་ཨེ་པན་བསམ།

འཛམ་གླིང་འཛིན་མའི་བྱོན་གྱི་མི་རིགས་དག།
རང་རང་གོམས་སྤུལ་སྟོག་ལྟར་གཅེས་པ་ལས།
ང་ཆོད་གདོད་མའི་ཤུལ་འཛིན་རྩིས་རབས་པའི།
བདེན་པའི་གཏམ་ལ་ཡིད་རྟོན་ཅམ་དུ་ལུལ།

མདོར་ན་ང་མཁས་ང་རྒྱལ་གླེང་སྐབས་སུ།
ཡོད་ཚད་རྟོང་བར་ཞེན་ན་མི་ལེགས་མོད།
གདོད་མའི་སྤུལ་ལ་རྒྱ་མཚན་ཡོད་མེད་སོགས།
ང་ཆོས་རང་གི་འདུན་མའི་ལ་རྒྱར་སྐྱམ།

ཞེས་ཆོགས་སུ་བཅད་པ་དང་བཅས་ཏེ་གཉེན་སྤྱི་གསོལ་གྱི་རྒྱན་གསེས་ཅམ་ནོ།

བོད་ཀྱི་གཞིན་སྒྲིབ་ལས་མདོ་སྨད་ར་རྒྱའི་ཚུགས་ཀྱི་གཞིན་སྒྲིབ་
སྨྲས་རགས་ཅམ་སྨྲེང་བ།

གསང་བདག་སྒྲུབས། ར་རྒྱའི་

སྨྲེང་གཞི།

ཕྱིར་བོད་གངས་ཅན་གྱི་བྱམ་མོང་མ་ཡིན་པའི་གཞིན་སྒྲིབ་ཀྱི་བྱུང་ཚམ་དང་ནམ་བུ། ཡུལ་སྒྲིབ་
གོམས་གཤིས་སོགས་གཞན་ལས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་ཤིང་ངོ་མཚར་རང་བཞིན་ཅན་དུ་ངེས་མོད། དེ་
དག་རེ་རེ་ལ་དབྱེད་པའི་སྒྲིབ་མཉམ་པ་བས། ངས་འདི་ནས་མགོ་ལོག་ར་རྒྱའི་ཚུགས་ཀྱི་གཞིན་སྒྲིབ་ཀྱི་བྱུང་
ཚམ་དང་གོ་རིམ། གཞིན་སྨྲང་ཚུལ། སྒྲིབ་མ་བྱེད་ཚུལ། གནའ་དང་ཅུང་མི་འདྲ་བའི་བྱུང་པར་རེ་འགའ་
མོས་པ་ལྟར་བཤད་པར་བྱའོ།

དང་གོ་གཞིན་སྒྲིབ་ལ་རང་དབང་ཡོད་མེད་བཤད་བ།

ཕྱིར་མག་པ་དང་མནའ་མ་སྒྲིབ་ཅུང་གཞིན་སྨྲང་དགོས་ལ། གཞིན་སྨྲང་སྨྲས་ཀྱི་གོ་རིམ་ཡང་
རབས་དང་རིམ་པ་ཞིག་འདུག ཐོག་མར་པ་མའི་གཞིན་སྨྲང་སའི་བྱིམ་ཚང་ལ་རྒྱས་ལོན་དང་གཞིན་ཉེ
ཨ་ཁུ་ཨ་ཞེ་སོགས་ལ་གྲོས་བྱས་ནས་འཐད་མིན་སོགས་ལུ་ཐག་ཚད་པའི་འདད་རེ་བརྒྱབ་ཆེས་ད་གཞོད་
གཞིན་སྨྲང་དགོས་ལ། གཞིན་སྨྲང་མཁན་གྱི་མི་ཡང་ངེས་པར་དུ་ཁ་ལྟེ་ལྟེ་པ་ཞིག་དགོས། དེ་མིན་ན་
གཞིན་ཚང་གིས་སྒྲེར་མི་སྒྲེར་གྱི་ཚུགས་ནས་དཀའ་ལས་རེ་ཡོད་པར་སྨྲང་། གལ་ཏེ་མ་བྱིན་ན་བྱ་མོ་དེ་
དགོང་མོར་བརྟུ་དགོས། བརྟུས་སོང་བའི་མཚོན་རྟགས་ལྟ་སྒྲིབ་མ་ཡང་ན་ཁང་སྒོ་ཅུ་ཁ་བཏགས་ཤིག་
གདགས་དགོས་པ་དང་། དེ་ལ་བརྟུས་ནས་བྱ་མོ་གཞན་གྱིས་ཁྲིད་སོང་བ་ཤིས། ཁ་བཏགས་བརྟེན་སོང་
བའམ་མ་བཏགས་ཆེ་བྱུང་སྨྲང་ཉེན་ཆེ། མནའ་མ་རྒྱ་ཅུ་འགྲོ་སྒྲུབས་རྒྱ་མཁན་ཚང་གིས་མནའ་མ་ལ་གོན་
པ་ཆ་ཚང་ཞིག་བསྒྲིན་དགོས། དེ་ནས་ཁ་བཏགས་སྒྲེར་སྒྲུབས་ནམ་མ་ལངས་གོང་དུ་ཡོང་ན་མི་ཚོགས་ལ་
ནམ་ལངས་ནས་འགོར་ན་ཡང་མི་ཚོགས་བྱ་མོ་སྒྲེར་མི་སྒྲེར་དེ་གཙོ་བོ་པ་མ་གཉིས་དང་ལུ་ལྷ། ཨ་ཁང་། ཨ་
ཁུ་སོགས་ལ་གྲོས་བྱས་ཆེས་ཐག་གཙོད་དགོས།

གཉིས་པ། གཉེན་སྒྲིག་གི་སྟོན་མའི་རྣམ་པ།

ཕོ་མོ་སྤྱིན་ཡང་གཉེན་ཚང་ལ་བསྐྱལ་ནས་འགོ་དགོས། སྟོན་སྤྱིན་ལ་མག་པ་དང་མནའ་མ་གང་ཡིན་ཅུང་ཆུ་སྐལ་ཉེར་སྐབས་སྐྱེལ་མ་ལན་གང་ཅུང་གིས་ལེན་སྤྱིན་ཡང་ཡོད། རང་གི་གང་འདོད་དང་ཅི་བསམ་ཞིག་ལེན་ཆོག་དེ་མིན་མནའ་མ་ཡིན་ན་གཉེན་ཚང་ལ་མ་ཐོན་སྟོན་གཉེན་ཚང་གི་མི་རྣམས་ཀྱིས་བག་མའི་སྒྲ་མགོར་ཞོ་བསྐྱལ་བའི་སྤྱིན་ཡོད། ཡང་དེང་སང་དང་མི་མཐུན་པ་ཞིག་ལ། སྟོན་མའི་རྣམ་པ་ནི་ཟ་འཐུང་དེ་འདྲ་བཟང་ཆུ་མེད་ནའང་། ཟུང་དང་ཆུ་མེད། ཤགས་ལེན་སྐྱེས་ཏེ་ཅང་མང་སོ་འདུག་སྐྱེལ་མས་མག་པ་དང་མནའ་མ་སྐྱེལ་སྐབས་དེང་སང་དང་མི་མཐུན་པར་སྟོན་ཆད་ཆད་ས་འཕྱུལ་དང་འཕྱུལ་ཏེ་སྐྱེས་མེད་པས་ཏུས་སྐྱེལ་སྤྱིན་ཡོད་ལ། དེང་སང་མང་ཆེ་བ་ཆད་ས་འཕྱུལ་དང་འཕྱུལ་ཏེ་དེད། གཉེན་ཚང་གི་བྱུང་མེད་རྣམས་ཀྱིས་སྐྱེལ་མ་ལ་ཆུ་དར་སྟོང་ཆུ་ལ་ཡང་ཡོད་ལ་ཆུ་དར་སྟེར་མི་སྟེར་ཅི་རིགས་མཆིས།

གསུམ་པ། གནའ་དང་གི་གཉེན་སྒྲིག་གི་ཁྱད་པར།

སྟོན་མ་བྱེད་ཚུགས་ཀྱི་རྣམ་པའི་ཐོག་ནས་ཀྱང་དེང་ལ་ཅུང་མི་འདྲ་བའི་ཆ་རེ་གཉིས་མཆིས། སྟོན་སྤྱིན་ལ་ན་སྟོན་མའི་རྣམ་པ་དེ་འདྲ་ཆུ་མི་ཆེ་ཞིང་ཟ་འཐུང་ཡང་མང་པོ་མེད་པར་མ་ཟད་དཔལ་འཕྱོར་འཕེལ་ཆུས་ཀྱང་དེ་འདྲ་སྟོན་པས་པོ་མི་འདུག་སྐྱེལ་མ་ཚོའི་ཟས་སྤྱིན་པ་ཤ་དང་གོ་རི་ཡིན་ལ། རྒྱན་ཐུན་ཡོད་པ་ནི་སྤྱང་དཀར་ཅམ་པ་ཡིན། དེང་སྐབས་མཚོན་ན་ཅམ་པ་ཟ་བ་དེ་ཅུང་ཉམས་དམས་སྤྱིན་ཡོད། སྟོན་དང་ཐུར་ན་རྒྱན་གོས་འདྲགས་གསུམ་གྱི་ཆ་རྒྱུན་བཟང་བར་མ་ཟད། འཆོ་བའི་ལོངས་སྟོང་དང་འགོ་བའི་ཞོན་པ་སྐྱེས་གང་ཅིའི་ཐད་ནས་ཐུན་སུམ་ཆོགས་པ་ཞིག་ཏུ་སྤྱིན་ཡོད།

བཞི་པ། རང་འཐུང་མེན་པའི་གཉེན་སྤྱིན་པ།

དེང་གི་དུས་འདིར་ཕན་ཚུན་ཤ་ཉེ་ཡིན་པའམ་པ་མ་སྐྱེས་མ་འཐུང་ཆོ་གཉེན་སྒྲིག་པའི་དོན་དཔར་ཞིག་འབྱུང་གིན་གང་ལ། གལ་ཏེ་པ་མ་དང་གཉེན་ཉེ་མ་འཐུང་ཆོ་རིང་ཆུ་མེད་ལ་ཐུང་ཆུ་ཡང་མེད་པའི་རྫོང་མཐར་དང་ཡུལ་ཆོ་གང་ཅུང་རེར་སོང་ནས་ཆུ་གཅིག་དང་ཡང་ན་ཉེན་བཅོ་ལྷ་འགོར་ན་པ་མ་དང་གཉེན་ཉེ་ཡི་སེམས་ཁྲལ་དང་། གཉེན་ཚང་གི་བར་གྱི་རྩོད་གཞི་འབྱུང་བར་ཉེན་ཁ་ཆེ་བའི་པ་མ་དང་གཉེན་ཉེ་ཆོ་མ་འཐུང་རང་འཐུང་གི་གཉེན་སྒྲིག་གིན་ཡོད།

གཞན་ཡང་གཉེན་མ་སྒྲིག་གོང་དུ་པོ་རྒྱང་མོ་རྒྱང་ཡིན་དུས་ཕན་ཚུན་ཡུས་འཕེལ་བྱུང་ནས་བྱིས་པ་

བཅས་རྒྱུ་ལོ་གསར་དེས་བྱ་མོ་དེ་རྒྱང་མར་ལེན་མི་འདོད་ན་འང་ཕ་མ་དང་གཉེན་ཉེ་ཡིས་བཅན་གྱིས་
གཉེན་སྒྲིག་བྱེད་དུ་འཇུག་པ་རེད། དེ་དག་འགྲིག་རྒྱ་ཏེ་ཅང་དཀའ་བར་མ་ཟད་ཁྲ་ཁ་ཤས་འགོར་ན་གཉེན་
འཛོམས་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་ལ་བྱིས་པ་དེ་ཉུང་ན་འང་སྒོར་ཁྲི་གཅིག་གི་གསོ་རིན་དགོས་པས་སྒོན་དང་མི་འདྲ་
བའི་སྒོལ་ངན་ཞིག་གོ།

མཇུག་བསྟུ་བ།

ཕན་ལ་མཚོན་ནས་བཤད་ན་གཉེན་སྒྲིག་གི་ཉམས་སྦྱང་དང་ཆ་རྒྱས་ཅི་ཡང་མེད་ལ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་
བརྗོད་རྒྱ་ཏེ་ཅང་ཁག་པོ་འདུག། འོན་ཀྱང་རང་གི་མི་རིགས་ཀྱི་བྱམ་མིན་གྱི་གོམས་སྒོལ་དང་སྒོབ་སྒྲིང་
འདི་གར་སྒོབ་སྦྱོང་བྱས་པའི་འབྲས་ཏྲགས་ལྟ་དབྱེད་པ་ཕན་ཅམ་བྱས་པ་ཡིན་ཆེན་དེ་ལ་མ་རྟོགས་ཉེས་
བཤད་མང་བའི་བརྗོད་གསལ་གནང་རོགས།

མགོ་ལོག་གཅིག་སྒྲིལ་ཁང་སར་ཟླ་བའི་གཉེན་སྟོན་བྱེད་སྒྲུངས་ཀྱི་སྐོར་རགས་ཙམ་སྐྱེང་བ།

ཕུག་རྡོར་སྐབས། གཅིག་སྒྲིལ།

སྐྱེང་གཞི།

ཁང་སར་ཟླ་བ་ཞེས་པ་ནི་མགོ་ལོག་ཨ་སྤྱིང་ཁག་གསུམ་གྱི་ནང་ཚན་དུ་གྱུར་བའི་ཟླ་བ་འབྱོར་ཕུག་
སོགས་གང་གི་ཐད་ནས་ཀྱང་ཟླ་བ་ཆེ་སོས་ཤིག་ཡིན། འོན་ཀྱང་དུས་རབས་འདིར་སྤྱིབས་དུས་ཆུང་རབས་
པ་འགའི་དག་རྒྱུན་ཙམ་མ་གཏོགས་གཉེན་སྟོན་གྱི་སྐོར་འདི་མང་བོ་ཚོས་མ་སྤྱིང་བས་འབྲི་རྒྱ་དཀའ་མོད།
༡༠༡༥ལོའི་དབྱར་གནང་བེད་སྤྱད་ནས་པ་ཡུལ་གྱི་ཆུན་རབས་པ་རྣམས་ལ་བཅར་འདྲི་བྱས་པ་གཞིར་བཟུང་
ནས་ཁང་སར་ཟླ་བའི་གཉེན་སྟོན་གྱི་སྐོར་རགས་ཙམ་སྐྱེང་བར་འདོད།

གཉེན་སྟོན་ལ་གཉེན་འདེམས་སྒྲུངས་དང་གཉེན་སྐོར་བ། བག་སྟོན། མག་སྟོན་སོགས་ཀྱི་རྣམས་
གངས་བཞི་ཙམ་ཡོད་ཀྱང་ཐོག་མར་དས་འདི་ནས་བཤད་འདོད་པ་ནི་གཉེན་འདེམས་སྒྲུངས་ཀྱི་སྐོར་ཡིན།

དང་པོ། གཉེན་འདེམས་སྒྲུངས།

སྤྱིར་མགོ་ནག་བོད་ཀྱི་ཁ་དཔེ་ལྟར། ཉ་འདོ་བ་རང་གི་ཡན་ཞིག་ཁྱིམ་རྒྱུང་མ་རང་གི་མན་ཞིག་ཅེས་པ་
ལྟར་གཙོ་བོ་གཉེན་སྐོར་བའི་སྐབས་ཆ་རྒྱུན་འདི་འདྲ་ཆང་དགོས་ཏེ། རིགས་ཀྱས། ལྷ་སྤྱང་། ལོ་རིམ།
འབྱོར་ཕུག་གཞིས་རྒྱུད། ཁ་ལས་སོགས་ལ་བརྟེན་ཏེ་གཉེན་སྐོར་སྒྲིལ་མང་། དུས་གཅིང་ས་ནས་རིགས་
ཀྱས་ཀྱི་མཐོང་མན་དེ་གཙོ་ཆེར་འཛིན་བའི་སྒྲིལ་ཡོད་ཀྱང་། ཁང་སར་ཟླ་བས་རིགས་ཀྱས་མཐོང་མན་གྱི་
དབྱེ་འབྱེད་དེ་ཙམ་གཅིག་ས་འཛིན་མི་བྱེད་པར། གཙོ་བོ་ཁྱིམ་ཆང་དེའི་ཁ་ལས་དང་བྱ་མོ་དེའི་ལས་ཀ་
གཞིས་རྒྱུད་སོགས་ལ་རག་ལས་ཡོད་དེས། ལྷ་བས་ལེགས་དང་སྤྱིས་དབང་གིས་བྱ་དང་བྱ་མོ་གཉིས་པན་
རྒྱན་ལ་བཅེ་དུང་གི་སྒྲིལ་སྤྱི་ཡང་ཆོག་ ཁྱིམ་མི་པན་རྒྱན་བར་ལ་འཐད་པ་བྱུང་བ་ཡིན་ཡང་ཐོག་མར་
ཁྱིམ་ཆང་དེའི་ལྷ་སྤྱང་ནི་ཁྱིམ་གྱི་སྤྱང་མའི་ཞི་དག་སྤྱི། ཞི་དག་ལྷན་དུ་འདུས་ན་མི་ལ་ན་ཆ་ཆག་སྒོ་སོགས་
འཕྱང་བའི་བཤད་རྒྱུ་ཡོད་པས་དེ་ལ་ལོ་རིམ་གྱི་སྤྱིང་ནས་སྤྱི་བ་སྤྱར་ཁ་འདེད་ཅིང་། མོ་དང་ལུང་བརྟན་
སོགས་ལྷ་བ་ནི་གཉེན་སྐོར་བའི་བྱེད་སྒྲིལ་ཆེན་དུ་བགྲངས། དེ་བཞིན་ཁྱིམ་ཆང་དེའི་འབྱོར་ཕུག་དང་

བྱ་མེད་གཤིས་ཀ་མོགས་ཀྱང་གཉེན་སྣང་པའི་ཆ་རྒྱུད་དུ་གཏོགས། གཙོ་བོ་ཁ་ལས་དང་ལག་ལས་ཀ་མོགས་ལས་ལ་བརྩོན་པ་བསྐྱེད་བྱུང་མིན་ལ་དོ་སྣང་ཆེས་ཆེར་བྱེད་སྒོལ་ཡོད།

གཉིས་པ། གཉིན་སྒྲོང་སྒྲངས།

ཐོག་མར་གཉེན་སྦྲིང་མ་ཐན་གྱི་བར་བ་ལ་ཆང་དགོས་པའི་ཆ་ཉེན་ནི་གནམ་ཁ་ལྟེ་དང་གཙོ་བོ་གཉེན་
སྦྲིང་ལུལ་གྱི་ཚུགས་ལ་འབྲེལ་བ་ལེགས་ཤིང་ད་དུང་དབང་འབྱོར་འཛོམས་པ་ཞིག་ཡིན་ན་ཏ་ཅང་ལེགས་
འོན་ཀྱང་། དེ་འདྲ་ཞིག་མ་རྟེན་ཀྱང་གཉེན་སྦྲིང་ལུལ་གྱི་ཚུགས་ལ་ཅུང་འབྲེལ་བ་ཟབ་པའི་བར་བ་ཞིག་
དགོས། དེ་ནས་བར་བས་བྱི་མས་མ་གོས་པའི་གཉེན་དར་ཞིག་བསྐྱང་ནས་ཉིན་བཟང་སྐར་བཟང་ཞིག་
བདམས་ཏེ་ཁོ་རང་ཡོང་དོན་མོགས་ཞིབ་རྒྱས་ངང་བཤད་དགོས། དེ་ནས་བྱ་མོའི་ཕ་མ་དང་ཞང་བོ་གཙོས་
གཉེན་འབྲེལ་ཅ་ལག་ཐམས་ཅད་ཤོས་བྱས་ཏེ་བྱ་མོ་སྟེར་སྟེར་འཇམ་བ་བྱུང་ན་ད་གཤིད་བར་བ་ལ་བྱ་མོ་
ཕྱིན་ཆོག་པའི་ཆོག་ལན་ཉྟེར། གལ་ཏེ་གཉེན་དར་སྐངས་ནས་བྱ་མོ་གནས་ལ་སོང་བའི་ཆོ་མནའ་མའི་ཨ་
མ་ལ་རྒྱ་རིན་ནམ་བྱིན་ལན་འཇམ་བའི་ཆེད་དུ་མ་སྟོལ་ཞིག་སྟེར་དགོས་པའི་སྟོལ་ཡོད།

གཞུག་པ། བག་མར་འགྲོ་སྟངས།

བག་མར་མ་སོང་པའི་ལྷར་ཉིན་མགོ་བཟུང་།^① ལྷེར་དགོས། ལྷེར་ཉིན་ཉི་མ་མེ་ཤར་གྱི་དུས་སུ་བག་
བག་མའི་སྐྱེ་བསྐྱེད་དགོས་པ་སེམས་ལ་མཁུ་ནི་མ་སྐྱེ་བཟུང་། འཛོམས་ཤིང་བྱ་བུ་གྲག་འཛམ་པའི་མ་སྐྱེ་བ་ལས་
དང་གཤིས་རྒྱུད་ཅན་ཞིག་ངེས་པར་ཡིན་དགོས། ས་ཆ་གཞན་ནས་གཉིན་ཚང་གིས་བག་མ་ལ་རྒྱུ་ཆ་
འདྲིགས་པའི་སྐོལ་ཡོད་ལ། ཁང་སར་སྐྱེ་བ་ཅུ་དེ་འདྲའི་སྐོལ་ཆགས་མེད། རྒྱ་མཚན། ལྷེར་ཚང་རང་གི་བྱ་
མོ་ལ་རྒྱུ་ཆ་བཏགས་ནས་ལས་ལ་ཆས་པའི་སྐྱ་གོན་གྱིད།

[illegible]

① མགོ་བཟ་ཞེས་པ་ནི་བཟ་མའི་མགོ་བསྐྱེས་པའི་སྒྲུལ་ཡང་ན་བཟ་འདྲིན་མཚོན་བྱེད་ཅིག་ཡིན།

གསུམ་ལ་འབོད།

སྐབས་དེར་བན་ལྷགས་གང་རུང་གིས་གཡང་འབོད་པའི་སྒྲིབ་ཡང་ཡོད། དེ་ནས་གཉེན་ཚང་ལ་
ཐོན་པའི་སྐབས་གཉེན་ཚང་གི་མི་ཞིག་གིས་ཁ་བཏགས་བཟུང་ནས་རྟ་ཁ་འཛིན་པའི་ཆོ་མག་པའི་ཕུ་བོ་
དང་ཨ་ཅེ་གང་རུང་ཞིག་ཡོང་ནས་བག་མའི་ཞུ་བྲངས་ནས་བྱི་མ་སྒྲིབ་དུ་བཞག་ནས་བག་མ་ནང་དུ་
མ་ཐོན་བར་དུ་བྱིར་སྐྱོར་འབུད་དགོས། དེ་ནས་བག་མ་མང་བོས་བསྐྱོར་ཏེ་གཡུང་དུང་^① ཞིག་བྲིས་ཡོད་
པ་དེའི་སྒྲིབ་ལ་བབས་ནས་བྱིས་དུ་ལོག་སྟེ་མ་སྒྲིབ་ཀྱི་བལ་གདན་ཞིག་གི་སྟེང་དུ་གཡུང་དུང་བྲིས་ཡོད་པའི་
ཕྱེ་མོར་འདུག སྐབས་དེར། མ་ཕྱ་ཆེ་ཆུན་ཞིག་གིས་དཀར་ཡལ་འབྲག་མའི་ནང་དུ་ཕྱ་ཞོ་བྲགས་ཏེ་བག་
མར་ཐངས་གསུམ་ལ་མཚོད་ནས་བག་མའི་ལག་མཐེལ་དུ་བྲགས་ཆེས་བག་མས་འབྲུང་བའི་སྒྲིབ་ཡོད།
བྱིར་བག་མ་ལ་རྒྱབ་དཀར་^② དང་ཐོག་ལ་སོགས་ཀྱི་ཕྱོད་པའི་སྒྲིབ་ཡོད། རྒྱབ་དཀར་ཞེས་པ་ནི་རྒྱབ་དུ་
བཏགས་ཡོད་པའི་ཁ་བཏགས་ཞིག་སྟེ་དེ་ནི་གཉེན་ཚང་ལ་གཡང་འཁོར་ཞེས་པའི་བཤད་སྒྲིབ་ཡོད།

བཞི་བ། རྩོན་མའི་སྐབས།

བག་མ་གཉེན་ཚང་ལ་ཐོན་ནས་རུང་འགོར་རྗེས། རྩོན་མའི་འགོ་བརྩོམས་ངེས། རྩོན་མའི་མགོ་མཐུག་
བར་གསུམ་ལ་དོ་དམ་དང་ཐུགས་ཁུར་གནང་མཐན་ལ་རྩོན་འཛིན་པ་ཞེས་ཟེར། ཟེར་ཁ་ལ་ཤ་ཟེར་དང་།
གོ་རེ། སེལ་རྟོག ཀར་དང་མངར་ཟས་ཀྱི་རིགས། བྱ་རམ། བཏུང་བའི་རིགས། འོ་ཇ། ཞོ་གྲོ། གོ་འབྲས་
སོགས་མང་དུ་ཡོད། རྩོན་ཆད་ས་ཆ་གང་ནས་ཀྱང་རྩོན་མོ་དང་བྱ་རྩོན་གྱི་སྐབས་ཤིང་གཅིག་ཆེན་དུ་
འཛིན་ལ། ད་སྐབས་གཅིག་སྒྲིབ་ཁང་སར་ཟེ་བའི་རྩོན་མོ་དང་བྱ་རྩོན་གང་ཡིན་རུང་ཤིང་འཛིན་སྒྲིབ་མེད།
སྒྲིབ་པ་༢༠༠༤ལོ་ནས་བཟུང་བཅད་པ་ཡིན། རྒྱ་མཚན་ནི། རྒྱང་ཕྱོགས་ན་མས་ཀྱིས་སྤྲུག་པ་ལ་རུང་འཛིན་
པར་རྒྱལ་བྱས་པ་རེད། སྐབས་འདིར་མགོན་པོ་ན་མས་མེབས་ནས་སྤྲ་སྤྲ་མང་བོའི་དབྱངས་རྟ་བསྐྱོན་
པ་རེད། དེ་ནས་གཉེན་ཚང་གི་ཨ་ཁུ་དང་ཨ་ཁང་། བྱང་ཕུ་བྱ། མ་ཕྱ་དང་མིང་མོ་སོགས་གལ་འཛིན་མས་

① གཡུང་དུང་ནི། མི་འཐུར་བའམ་རྟག་བརྟན་ཡོང་བའི་དོན།

② རྒྱབ་དཀར་ཞེས་པ་ནི་གཉེན་ཚང་ལ་འགོ་བའི་སྐབས་རྩོན་འབྲེལ་གྱི་རྩལ་དུ་རང་བྱིས་ལ་གཡང་འཁོར་བའི་དོན་
ནས་ཁ་ལས་དགོ་བཟ། ཤེས་པའི་ཆེད་དུ་རྒྱབ་དཀར་འདི་བཏགས་པ་ཡིན།

པའི་དུས་མག་པ་ལ་སྐར་གས་བཅིངས། ས་ཆ་གཞན་དུ་སྐར་གས་ལ་དར་ཚེན་སྒྲུ་ལྡེ་བཤད་པ་སྐགས་
 ཡོད་མོད་ཁང་སར་ལྷེ་བ་ཅུ་དེ་འདྲི་བཤད་པ་སྐགས་མང་བོ་མི་འདུག དེ་མིན་བག་སྐྱེལ་ལ་མང་ན་བརྟ་
 གསུམ་དང་ཉུང་ན་བརྟ། སི་ཁོན་ས་གནས་ནས་བག་སྐྱེལ་ཉུ་ཤུ་སུམ་བརྟ་སྐགས་འགྲོ་བའི་སྐལ་ཡོད་ལ་
 ཁང་སར་ལྷེ་བ་ཅུ་དེ་འདྲི་སྐལ་སྒྲོན་ནས་མེད། དེ་ནས་བག་སྐྱེལ་རྒྱུ་མས་མག་པའི་ཨ་ཁུ་དང་ཨ་ཁང་
 ཚང་སྐགས་ལ་འགྲོ་བའི་དཔེ་ཡོད། ཕྱིར་གཉེན་ཚང་ལ་ཐོན་ནས་རུང་འགོར་རྩེས། ལམ་ལ་ཆས་སྐབས་
 བག་ཉུ་ལ་སྐར་སྒྲོན་དང་བག་སྐྱེལ་ལ་སྐྱེས་བྲ་གཟི་བྲ་སྐགས་ལྟར་ཚར་རྩེས་ད་གཞོད་བག་སྐྱེལ་རྒྱུ་མས་ལམ་
 ལ་ཆས་ཚག་གོ། དེ་ནས་མཐོན་པོ་རྒྱུ་མས་རང་རང་སར་བྱད་འགྲོ། སྐབས་འདིར་བག་མའི་མིང་བོ་གཉེན་
 ཚང་ལ་ཞག་སྒྲོད་བྱས་ནས་མཚན་མོ་དེར་གཉེན་ཚང་གི་ཨ་ཁུ་དང་ཨ་ཁང་ཚང་མ་གྲུལ་འཛུམས་ནས་སྐྱ་
 དང་གར་ལ་རོལ་བར་བྱེད། ཕྱིར་ཉེན་ཉི་མ་རྩེ་ཤར་གྱི་དུས་སྐད་གཞོད་སྒྲོན་མའི་མགོ་མཇུག་བར་གསུམ་
 མཇུག་སྐྱེལ་བ་ཡིན་ནོ།

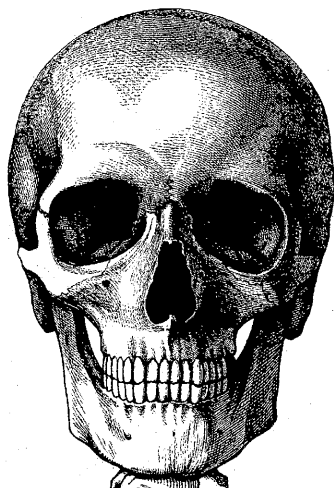
བཅར་འདྲི་བྱེད་མཁན། ཕྱག་རྡོར་སྐྱབས།

བཅར་འདྲི་བྱེད་མ། ཨ་ཁུ་མཁས་ལོ།

ལས་གནས། འབྲོག་པ།

ས་གནས། གཅིག་སྐྱེལ་ཁང་སར་མའི་གསལ་ཁོག་ལྷེ་བའི་ཅུ་རྒྱུ་གསུམ་པ།

འཇམ་མེད་ཀྱི་སྒྲུབ་



དངོས་སུ་བྱུང་བའི་འདྲེ་བྱི་ཞིག་གི་གཏམ་རྒྱུད།

ཀུན་བཟང་ཚེ་རིང་། རྒྱལ་ལྷན།

སྐྱེད་གཞི།

དེ་ཡང་འདྲེ་ཞེས་པ་འདི་རང་གི་ནུ་མཉམ་ལས་བྱུང་བའི་དངོས་མེད་ཀྱི་མཐོང་སྣང་ཞིག་གསུམ། ཡང་ན་མཚན་མོ་ཁོ་ནར་རྒྱ་བའི་ཡི་དྲགས་ཀྱི་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་པ་སོགས་གོ་བ་ལེན་སྤངས་ཤིན་ཏུ་མང་ཡང་ལ་ལས་འདྲེ་ཞེས་པ་ནི་བྱིས་པར་སྐྱག་སྒྲིང་བྱེད་དང་མོངས་དད་ཀྱི་རིགས་སུ་ཆེ་བ་སོགས་འདྲེ་ཡོད་པ་ལ་ཡིད་ཆེས་མཐན་ཏུང་། འདྲེ་ལ་འཛིགས་ཏེ་གཅིག་ཕུར་ལམ་དུ་རྒྱ་བ་ན་གྲུ་བ་བསྐྱེན་པ་བསགས་པ་དང་སྐབས་འགོ་འདོན་པ་སོགས་ཐབས་སྒྲ་ཚོགས་སོགས་ལ་བརྟེན་མོད། ཡིན་ནའང་དོན་དམ་པར་འདྲེ་ཞེས་པ་འདི་ནི་གང་ཟག་རང་ཉིད་ཀྱི་འབྱུང་ཤེས་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བ་ཡིན་གྱི་ཐོད་གནས་དང་ཚུགས་ཀ་སོགས་འདི་ཡིན་འདི་མིན་གྱི་ཁ་ཚིད་གཙོད་དཀའ་བར་སྤང་། འདྲེ་ཞེས་པའི་བད་ཆད་འདི་ཐ་སྤང་རྟེན་བཞིག་ཡིན་པ་ནི་བོད་ཀྱི་མངའ་མཚན་བཅུ་དྲུག་སྟེ། སྟུག་པ་ཀྲོག་ཀྲོག་འདྲེ་ཡིས་དབང་བྱས་ཏེ། ཞེས་པ་ལས་གསལ་བོར་ཤེས་ཐུབ། རྩ་སྤྱང་དང་འདྲེ་སྤྱང་གི་མཐའ་དབུགས་མཐུག་ཅིང་། ཁོ་རྒྱས་ཀྱི་རྒྱ་མགོ་རིང་དུ་འདེད་རྒྱ་ཡོད་པའི་གདོང་དམར་བོད་པ་ཆང་ལ་མཚན་ན་འདྲེ་མཐོང་མཐན་ཅི་ཅས་མང་ན་དེའང་དགའ་འོས་པ་ཞིག་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་མཚན་མི་དེའི་སེམས་རྒྱུད་ལ་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་རྩ་བ་དང་། སྤྱོད་པ། རིག་གནས་ཀྱི་ཚན་ཁ་ཐུར་བཞིན་ཉམས་མེད་པས་སོ། དེས་ན་ངས་ཀྱང་འདིར་དངོས་ཡོད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཞིག་སྟེ་༡༩༧༧ ལོ་ལས་མས་སུ་བྱུང་བའི་འདྲེ་སྤྱང་ཞིག་གི་བར་བྱ་ལ། སྐབས་དེའི་འདྲེ་དངོས་སུ་མཐོང་མཐན་གྱི་མི་དེ་ལ་ངའི་ཕྱོགས་པོ་ཞིག་གིས་བཅར་འདྲི་བྱས་ཤིང་། ངས་ཁ་པར་གྱི་ལམ་ནས་ཕྱོགས་པོ་ཁོང་ལ་དངོས་སུ་གནས་ཚུལ་དྲིས་ཏེ་འདྲེ་སྤྱང་འདི་གྲུབ་པ་ཡིན། ད་ཅང་སྐབས་དེའི་གནས་ཚུལ་གཞིར་བྱས་ནས་ཞར་བྱུང་གི་དངོས་ཡོད་འདྲེ་གཏམ་འགའ་ཡང་འབྲི་ཁྱུང་བྱས་ཡོད་དོ།

བཅར་འདྲི་དངོས།

རང་ཉིད། ཕྱོགས་མཚན་ལགས་སྐུ་ཁམས་བཟང་། བྱིད་ཀྱིས་ང་ལ་འདྲེ་སྤྱང་ཞིག་འཆད་གསུངས་པ་

དེ་དག་གི་སྒྲིབ་པ་ལྟར་གསུངས་པ་

ཆོད་བཤེད་དྲི་ཐེ། བདེ་མོ། བདེ་མོ། དེ་ལོ་མཚན་དུ་སྐབས་དང་འཇུག་པ་ལྟར་ཡོད། དཔལ་ལྷན་ཆོད་འདི་
 བེད་སྒྲིབ་དེ་བཤེད་པར་བྱ། ད་ལྟ་བཤེད་འདྲེ་བཤེད་ཅི་ཡིན་ཅུང་། གང་ལྟར་དངོས་ཡོད་གནས་ཚུལ་ཞིག་
 བཤེད་ན། གནས་ཚུལ་འདི་དཔལ་དངོས་སུ་བཤེད་བྱའི་འདྲེ་འདི་མཐོང་སྤྱོད་མཐའ་གྱི་ནང་ཆེན་པ་དེ་ལ་
 བཅར་འདྲེ་བྱས་པ་ཡིན། ཁོང་ད་ལྟ་དགྲུང་ལོ་དོན་གསུམ་ཡིན། ཁོ་རང་གི་བྱིས་ལུས་ལྷན་སྐྱེ་གྱི་
 དགོན་པའི་འདབས་སུ་ཡོད་ཅིང་ཁོའི་རྒྱུང་མའི་ས་མ་གཉིས་པར་ཐང་^① དུ་བཟང་ཡོད། ཁོ་ནམ་རྒྱུན་
 དེར་འགྲོ་དུས་ལམ་ཁའི་བྲག་འགག་དོག་པོ་ཞིག་བརྒྱུད་ནས་འགྲོ་དགོས་ལ། བྲག་འགག་དེ་དེ་འདྲའི་ས་
 གཙང་ལུས་གཙང་ཞིག་ཡིན་རབས་མི་འདུག ཡིན་ནའང་བྲག་འགག་དེ་ནས་ཁོས་འདྲེ་མིན་གྱི་དངོས་པོ་
 ཅི་ཡང་མཐོང་མ་སྤྱོད་ཟེར། མ་ཞིག་གི་དུས་སུ་དོན་ཆེན་ག་གེ་མོའི་དབང་གིས་པ་ལུས་ནང་ཆེན་དུ་མི་
 འགྲོ་ཀ་མེད་བྱུང་བ་ཟེད། སྐབས་དེར་ཁོ་འགྲོ་སའི་རྒྱང་ས་འཁོར་ཁ་ལོ་བས་སང་ཉིན་ལྟ་དྲིའི་དུས་ཆོད་
 རྒྱའི་སྤྱོད་འགྲོ་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་བཤེད་པ་ལྟར། དུས་ཆོད་བཞིའི་སྤྱོད་ཅོང་བཤེད་བཞག་རྩེས་ཅ་ལག་ཅག་ཅིག་
 བརྒྱ་གསོག་བྱས་ནས་ལྟ་མོར་གཉིད་པ་ཡིན་ཟེར། སྐབས་ཤིག་ལ་མི་ལམ་དང་སྐྱག་སྤྱང་འདྲེས་མའི་དང་
 རྫོ་བུར་དུ་གཉིད་ལས་སང་བྱུང་། ཁོས་སང་མ་ཐག་དུས་ཆོད་ལ་གཅིག་བརྒྱས་ཆོད་དུས་ཆོད་ལ་ཐོན་
 ཆར་སོང་བར་སྤང་བས། ཁོའི་སེམས་སུ་ཨ་ཨ་ད་མ་འགྲིག་ཐལ་རྒྱང་ས་འཁོར་རྩེས་ཆོད་རྒྱ་མ་ཟེད་སྐྱམ་
 པའི་འཕྲིན་ཆ་ཞིག་དང་ལྟན་དུ། མལ་ལས་ལངས་ཏེ་ཁ་ལག་བརྒྱ་ཁོམ་དང་ནངས་ཟས་ཟ་ཁོམ་སོགས་
 གང་ཡང་མེད་པར་ལམ་ལ་ཆས། སྐབས་དེ་དུས་ཀྱི་ལུས་ལྷན་གྲོང་བྱི་ནི་ད་ལྟའི་ལུས་ལྷན་གྲོང་བྱི་རྩེ་
 བྱའི་རྒྱ་ཆེན་པོ་མེད་པར་མ་ཟད་མི་གྲངས་ཀྱང་ཉུང་ཉུང་ཞིག་ལས་མེད། དཔེར་ན་དེ་རིང་ཁ་སང་གི་
 ལུས་ཆོ་རྒྱུང་རྒྱུང་ཞིག་དང་འདྲ་བར་སྐྱམ་ལམ་སོགས་གང་ཡང་མེད་ལ། ཐ་ན་ཨར་འདམ་གྱི་ཟས་པ་ཞིག་
 ཀྱང་པལ་ཆེར་ཡོད་ཆོད་མ་ཟེད། ཁོ་སྒྲོར་བྱུང་ནས་པར་ལྟ་རྒྱ་རྩེ་བྱས་དུས་ལམ་འགྲམ་གཡས་གཡོན་ལ་
 གསལ་ལ་མི་གསལ་བའི་ལམ་སྒྲོན་རེ་གཉིས་ལས་གཞན་དངོས་པོ་ཅི་ཡང་མ་མཐོང་། དེ་ནས་མདུན་
 རྩོག་སུ་གོས་པ་སུམ་བརྒྱ་ཙམ་སོང་ནས་བྱིར་བརྒྱས་གཅིག་བྱས་དུས་སྒོ་བུར་དུ་གང་ནས་ཡོང་བ་ཆ་མི་

① ལུས་ལྷན་གྱི་རྩེ་ཐང་ཞིག་

འཚལ་བའི་དོགས་གཞི་ཅན་གྱི་མི་སྐོར་ཞིག་གིས་རྗེས་འདྲེན་གྱིན་ཡོང་གིན་འདུག་ཅིང། ཕར་བརྟམ་
 ཚོད་ལ་རྒྱ་མི་འགའ་ཞིག་ཨེ་ཡིན་སྟེ་ཕར་འདྲེན་གྱིན་གཅིག་མི་སྤྱི་ཀ་མེད་བྱུང་། ཡང་བསམ་མོ་གཏོང་
 ཚུལ་གཞན་ཞིག་ལ་ཡམས་ཕྱགས་མ་བན་ཁ་ཅིག་ཡོད་པ་དེ་ཚོ་ཡིན་པ་འདྲ་སྟེ་ཕར་འདྲེན་གནས་སྐབས་བཏང་
 སྟེ་མས་སུ་བཞག།

དེ་དུས་ཕལ་ཆེར་གོང་ཁྱེད་ཀྱི་སྐུ་མདོ་ལ་བསྐྱབས་ཚར་སོང་བའི་སྤྱང་བ་ཞིག་ཤར། སྤོན་ཆད་སྐུ་
 མདོ་དེར་ཨར་འདམ་གོར་གོར་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་དབྱིབས་འདྲ་བ་ཞིག་མ་གཏོགས་གཞན་ཅི་ཡང་མེད།
 སྐབས་དེར་ལྷག་རྒྱབ་གྱི་མི་དེ་དག་སྒོ་བྱར་དུ་སྤོན་ལ་སྤོན་འདུག་ཟེར། ཁོའི་སེམས་སུ་རྒྱ་མི་ཤས་པའི་ཐེ་
 ཚོམ་ཆེན་པོ་ཞིག་སྟེ་མི་དེ་ཚོའི་རྗེས་སུ་བཤོང་བས་སྐད་གཅིག་མ་དེར་ཁྱེད་ཁྱེད་ཟེར་བའི་གི་རྣམ་པ་
 ལྟ་བུའི་སྐད་ཆ་ལྟ་བུའི་ཐེ་མདའ་པ་དང་སྤོན་དུ་རྒྱག་ཅིང་འདྲ་བོ་བྱས་ནས་ལ་ལ་ཤར་དུ་བརྒྱུད་ཅིང།
 ལ་ལ་རུབ་དུ་བརྒྱགས་ཏེ་གར་སོང་ཆ་མེད་དུ་ཁྱེད་སོང་བས་ཁོ་ལ་འཛིགས་སྐྱག་ཏེ་ཅང་ཆེན་པོ་བྱུང་བ་
 དང་སྤོན་དུ་ཡང་བསྐྱར་ནན་གྱིས་བརྟམ་ཆོ། མི་དེ་དག་ནི་ཁྱི་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཁྱེད་འདུག་དེ་དག་གི་ཁྱོད་
 བས་ཅུང་འཛིགས་ཡིར་བ་ཞིག་སྟེ། སྤྱི་ཁ་མདོག་དམར་པོ་ཡིན་པ། མཆོ་བ་རིང་ཞིང་ཅེ་མོ་རྣེས་ལ། ཅེ་
 དམར་པོ་སྒོག་དམར་ལྗང་འབྱུག་པ། མིག་དམར་ཞིང་ཁྱེད་གི་མདངས་རྒྱས་པ་ཞིག་ཁོའི་སྤྱིང་དུ་མདའ་
 འཕང་བ་ཇི་བཞིན་ཤོར་བྱུང་ཟེར། ཁོའི་སེམས་ལ་ད་ཆར་སོང་སྟེ་ཕར་འདྲེན་གྱི་དང་འཛིགས་སྤྱང་
 སྟེ་ཁོར་ཡར་སྤོབ་མར་སྤོབ་ལན་འགའ་བྱས་ཀྱང་ཁོར་ཡུག་ཨར་འདམ་ཡིན་རྒྱུན་དངོས་པོ་ཅི་ཡང་ལག་དུ་
 མ་རྒྱུད་པ་རེད། འདྲེ་བྱི་དེ་དག་འཕུར་བ་ཇི་བཞིན་ཡུད་ཅམ་གྱིས་ཁོའི་ཉེ་འགམ་དུ་སྤོན་ཆར་སོང་བས།
 ཁོས་ཅི་བྱེད་འདྲི་བྱེད་མེད་པའི་མཚམས་དེར་རྒྱབ་ཁྱེད་ནང་དུ་ཞལ་འདོན་ཕྱོགས་བསྐྱེགས་ཤིག་ཡོད་པ་
 དན་ནས། འཚལ་འཚུབ་ཀྱི་དང་རྒྱུར་སྐངས་ཏེ་འདྲེ་བྱི་དེའི་མགོ་ལ་ལན་གཅིག་བྲབ་པ་ན། དེ་མ་ཐག་
 འདྲེ་བྱི་ཅང་ཟླ་ཅིག་དང་སྤོན་དུ་བྱོས་སོང་བ་དང་། གཞན་དག་ཀྱང་འཇའ་ཡལ་བ་ཇི་བཞིན་མེད་པར་
 ཁྱེད་ཏེ། ཁོར་ཡུག་ཀྱང་སྤོང་སང་དེ་བ་ཞིག་དང་། འཛིགས་ཡིར་བ་ཞིག་གི་སྤྱང་བ་སྤྱིར་བར་མ་ཟད། རང་
 ཉིད་ཀྱང་ཆང་གིས་བཟི་བ་ཇི་བཞིན་ཅི་དུན་འདྲི་དུན་མེད་པ་ཞིག་དུ་ཁྱེད་སོང་ཟེར། དན་པ་ཅུང་ཇི་
 གསལ་དུ་བྱིན་པའི་མཚམས་ཤིག་ནས་དུས་ཚོད་ལ་བརྟམ་དུས་ཏག་ཏག་ནས་བྱེད་ཀྱི་དུས་ཚོད་གཉིས་མ་
 གཏོགས་མ་རེད་ཟེར། ཕར་རྒྱུར་དང་གཡས་གཡོན་ལ་བརྟམ་པས་ཅི་ཡང་མཐོང་རྒྱ་མི་འདུག་ སྐབས་དེར་

འཛིགས་སྐྱེ་མི་ཤེས་པ་ཞིག་སྤྱོད་ཤིང་ལུས་ཀྱང་མི་བདེ་བའི་ཟུག་རྩས་མནར་བཞིན་འདུག་པ་ན།
 ལྷུང་དུ་བྱིས་ལ་ལོག་སྟེ་མལ་སའི་ནང་ནས་ལྷུང་ཚུགས་ཀྱིས་གཉིད་དུ་ལུང་ཡང་སེམས་ཏེ་ཅང་མི་བདེ་བ་
 དང་། མགོ་ཡོམ་འཁོར་བ། སྐྱེ་སྒྲིང་སྤྱོད་པ་སོགས་ཀྱིས་སྤྱོད་བྱས་ཏེ་གནས་སྐབས་གཉིད་མ་ཁྱལ་ ལྷུང་
 འགོར་རྒྱུ་གཉིད་ལྷུང་ཟད་ཅིག་ཁྱེད་ཀྱང་མ་ཐག་ལུས་ཡོངས་རྒྱུ་སྤྱོད་པ་ལྷུགས་ཟད་ནས་ལྷུང་
 ཅོས་ཡང་ཁ་རུ་མི་འགོ་བའི་ཚོད་ལ་བསྐྱེད་པ་འདུག ལྷུང་བ་བཞི་ཅུ་གྱི་ཤིང་ལ་སྤྱོད་ཁང་དུ་བཟད་པ་དང་།
 མོ་བཏབ་པ། ཅིས་བྱས་པ། ཤིས་གོ་བསྐྱེད་པ་སོགས་བྱས་མཐར་འཛིག་རྟེན་བྱི་མའི་ལུས་དུ་འགོ་མ་
 དགོས་ཅིས་བྱུང་ཟེར། རྒྱུ་སྤྱོད་ཤིས་སྤྱོད་ཆ་འདྲི་དུས་འདྲེ་བྱི་དམར་བོ་དེ་མི་མང་བོ་ཞིག་ལ་ཐུག་ཚུང་
 བ་གསར་དུ་ཤེས། འདྲེ་བྱི་དམར་བོ་དེ་གཏན་སྤྱོད་བྱེད་སའི་ས་གནས་ནི་སྤྱོད་ཆད་མང་ཚོགས་སྤྱོད་ཅུ་
 ཁང་ཡོད་སའི་མདུན་ཚུགས་ཏེ་ད་རྒྱའི་གོ་སར་ཐང་ཆེན་ཡོད་སའི་ས་ཚུགས་དེ་ཡིན་པ་འདྲ། དེ་དུས་ས་
 ཆ་དེ་ན་རྟོབ་སྤྱོད་འདྲ། ① ལས་དང་གཞན་ཁང་བ་སྤྱོད་ལས་སོགས་ཅི་ཡང་མེད་རབས་འདུག འདྲེ་བྱི་
 དམར་བོ་དེ་ནས་རྒྱུ་ས་ཆ་དེ་ནས་མཐོང་ཡོང་ལ་ཉི་མ་རྩ་དུས་སྤྱོད་བསྐྱོར་བྱེད་མིང། འདྲེ་བྱི་དེས་མི་
 ལྷུགས་མང་བོ་ལ་གནོད་བསྐྱེད་ཞིང་ཨ་བྱི་རྒན་མོ་ཞིག་གི་ཏུ་ལ་སོ་འབྲང་བྱས་པས་ཨ་བྱི་རྒན་མོ་དེའང་གི་
 སོང་བ་ཤེད་ཟེར། དེ་དུས་གསར་བྱ་དང་ཡིན་ཁོ་ཡིན་ཟེར་མཁན་འགའ་ཡིས་འདྲེ་བྱི་དེ་གསོད་པར་གྲོས་
 འཆམ་ནས་ལག་དུ་བོའ་ཁ་རྒྱུང་འགའ་ཐོགས་ནས་འཇབ་ཀྱིས་བྱས་ཏེ་བོའ་ཡི་སོ་རྩ་ཐོག་དུ་བཞག་ཆེ་
 བསམ་ལུས་ལས་འདས་པ་ཞིག་ལ་སྤྱོད་བྱུང་དུ་བྱད་མེད་མཛེས་མ་ཞིག་ལ་གྱུར་བྱུང་བས་གསོད་པོད་མཁན་
 གཅིག་ཀྱང་མ་བྱུང་།

གནས་ཚུལ་འདྲི་སྒྲིང་ལོ་༡༩༧༩ལོར་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་ཏེ་༡༩༨༠ལོར་ཡས་མས་སྤྱོད་ཏེ་མེད་སོང་
 ཞེས་དང་ཐོག་ལུས་ལྷུང་ལ་གཏན་སྤྱོད་བྱས་ཚུང་བའི་རྒན་ཁོག་རྣམས་ཀྱི་དག་ནས་ད་རྒྱུང་ཐོས་སྤྱོད་འདུག
 ཁོང་གིས་དེ་རྒྱུང་འདྲེ་བཤད་གནང་སྟེ་མཚམས་འདྲིར་བསྐྱེད་པ་དུས་ངས་སྤྱོད་ཐག་པ་ནས་ཁོང་ལ་
 བཀའ་ཤིན་ཆེ་དང་ལྷུགས་རྒྱུ་ཆེ་ཆེ་ཞུས་པ་ཡིན། སྤྱིར་ཁོང་གིས་གསུངས་པའི་འདྲེ་སྒྲིང་འདྲིར་ཡིད་འགྱུ་ལ་
 ཐེབས་པའི་བྱེད་རྩས་དང་རང་དབང་མེད་པར་འཛིགས་སྐྱེ་སྤྱོད་པའི་བྱེད་རྩས་ལུན་སྤྱོད་ཆོགས་པ་ཞིག་

① ལུས་སྤྱོད། ལྷུང་བ་དང་སྤྱོད་ཆོ་འབྱུང་བའི་ས་གནས།

ཐུན་མོང་། ཡིན་ནའང་འདིའི་བྱེད་ནུས་རོལ་ཙམ་ལས་ཞིབ་མོར་མ་ཐུབ་པས་སྒྲིག་པ་བོ་ཡོངས་ལ་དགོངས་
དག་ལ།

ཞར་བྱང་གི་དངོས་ཡོད་འདྲི་རྒྱུད་།

ཡང་ཆུ་དམར་མ་སྟོང་ནས་ང་དང་འབྲེལ་བ་ཏུ་ཅང་ཟབ་པའི་མི་ཞིག་གིས་འདྲེ་འཛིགས་ཡེར་བ་ཞིག་
མ་ཐོང་། (སྤྱིར་ས་གནས་དེར་འདྲེ་ཤིན་ཏུ་མང་ས་ཞིག་ཡིན་པ་འདྲ་སྟེ། ང་ཆུང་དུས་ས་ཆ་དེ་དང་ཚང་
འཛོ་རྟོག་བྱེད་སའི་འབྲོག་ས་ཡིན་ཕྱིར་ང་ལ་འང་ཆ་རྒྱས་རགས་ཙམ་ཡོད། སྐབས་དེར་ངས་འདྲེ་དངོས་སུ་
མ་ཐོང་མ་ཐོང་ནའང་འདྲེ་སྐད་མང་བོ་ཐོས་ཐོང་སྟེ། ནས་རྒྱན་ལྷས་རའི་ཉེ་འདབས་ནས་བྱང་མེད་སྐོར་
ཞིག་གིས་སྐད་ཆ་བཤད་བཞིན་པ་ཐོས་ཡོང་། ཡིན་ན་ཡང་སྐད་ཆའི་ནང་དོན་གོ་མཁན་གཅིག་ཀྱང་ཡོད་
མི་སྟེ།) ཁོ་ཉེན་ཞིག་གི་ཕྱི་དྲོར་ལྷག་འགའ་པོར་སོང་བས། ཁོ་ལ་ཁམ་ཆུང་ཟེར་བའི་རྒྱུག་རྟ་གོམ་འགོས་
ཅན་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ཞོན་ནས་ལྷག་འཛུལ་དུ་སོང་། སོང་སོང་གི་མཐའ་མར་ལྷག་མ་རྟེན་པར་ཐུན་ཡང་
རུབ་ལ་ཉ། ཁོ་རང་ཉག་ལ་ཞིག་ནས་རྒྱར་ཡོང་དུས་གསལ་ལ་མི་གསལ་པའི་ས་སྟོང་གི་མཚམས་དེ་ནས་
མི་ཕྱ་ཐུང་པོར་བོ་ཅན་ཞིག་ཁོ་ལ་གདོང་གཏད་ནས་རྒྱར་ཡོང་བཞིན་འདུག་ཟེར། སྐབས་དེར་སུ་ཞིག་
ཡིན་ནམ་སྐྱམ་སྟེ་ཐེ་ཚོམ་སྟེ་བཞིན་ཡོད་སྐབས་མི་དེ་འཕུར་བ་ཇི་བཞིན་ཉེ་འགམ་ལ་ཐོན་ཆོར་འདུག་སྟེ།
སྐད་དང་བཅས་ངོ་ལ་ནན་གྱིས་བཞུས་ཆེ་སྤྱིར་བཏང་གི་མི་ཞིག་དང་གཏན་ནས་མི་འདྲ་བ་མ་ཟད། མཆེ་
བ་གཉིས་པོ་ཅུང་པོར་ཞིང་ངོ་གདོང་ཐལ་སྒྱུ་བྱགས་པ་ལྟ་བུའི་སྒྱུ་མདོག་ཅན་ཞིག་ཏུ་སྒྲིང་། མིའམ་འདྲེ་
དེས་ལག་པ་རྒྱར་རྟའི་སྐབ་མདའ་ལ་སྟོབ་གཤམ་བྱས་དུས་སྒོ་བྱར་ལྟ་རྟེན་འཛོར་སྒྲིང་ཞིག་དང་ལྟན་དུ་
འདྲེ་དའི་སྟེང་དུ་མཚོངས་སོང་བ་རེད། དེ་མ་ཐག་ཕྱིར་བཞུས་ཤིག་བྱས་ཀྱང་ཅི་ཡང་མ་ཐོང་བྱུ་མ་བྱུང་།
མཚམས་འདིར་ཅི་བསམ་འདི་དྲན་མེད་པར་གཉིད་སོང་བ་ལྟ་བུར་ཁྱུར། བྱིས་མི་དག་གིས་བཤད་པ་ལྟར་
ན་ཁོ་རང་བྱིས་ལ་བསྐྱབས་དུས་སྒྱོམ་འདུག་ཟེར། བྱིས་མི་ཡོངས་ཀྱིས་འཇུས་ཀྱང་དཀའ་བའི་ཆོད་དུ་
སྒྲིང་། ད་དུང་ཁ་ནས་ཁོ་རང་གསོད་དགོས། མོ་རང་གཏུབ་དགོས་ཟེར་བ་སོགས་སྒྱོན་པ་ཞིག་དང་གཅིག་
མཚུངས་རེད་ཟེར། དེ་ནས་སྤྱོད་མ་འགའ་གདན་ནས་བཀའ་བསྐོས་བཞུགས་བསྐྱད་སོགས་བྱས་མཐར་གཉིད་
དུ་ཡུར། ཞག་མ་གཅིག་ཙམ་འགོར་བའི་ཕྱི་དྲོར་གཉིད་ལས་སང་དེ་ཁ་སང་དགོང་མོའི་གནས་རྒྱལ་གྱི་
བརྒྱུད་རིམ་དག་གསལ་ལེར་དྲན་ཐུབ་འདུག་ཟེར། གཏམ་རྒྱུད་ཆོན་པ་འདི་ཁོ་དང་ཁོའི་བྱིས་མི་ནུས་ལ་

འདྲེ་སྦྱང་གི་སྒྲིབ་པ།

དངོས་སྒྲུབ་བཅར་འདྲི་བྱས་པ་ཡིན། འདི་ཡང་སྤྱི་ལོ་༢༠༠༡ ལོ་ལྟེ་ཟླ་ ༡ པའི་ཚེས་ ༢༩ ཉིན་གྱི་སྔོན་དུ་
ལ་བྱང་པའི་གཏམ་རྒྱུད་ཅིག་རེད་འདུག།

ད་ཅང་འདི་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་གཏམ་རྒྱུད་མང་པོ་ཐོས་སྦྱོར་མཛད་གནས་སྐབས་དེ་ཙམ་གྱིས་འབྲས་
པར་བྱའོ།།

མཐུག་བསྐུལ་ཚབ་བྱ།

འདྲེ་ཞེས་འདྲེ་ཅ་བཟུང་བ་འབྲུལ་སྤང་ཡིན།།

བགགས་ཞེས་བགགས་སུ་འཛིན་མཁན་རང་སེམས་ཡིན།།

སེམས་ཉིད་གདོད་ནས་འབྲུལ་བ་ངོ་ཤེས་ཆོ།།

ཕྱི་རོལ་འདྲེ་བགགས་རང་སར་ཞི་བར་འགྱུར།།

བཅར་འདྲི་བྱེད་ལ། སྤྱི་མཐུན་ཆོད་བདེ་དོན་རྒྱུ། ལ་ཡུལ་ཡུལ་ཤུལ།

བཅར་འདྲི་བྱེད་སའི་ས་གནས། ཤེས་རིག་སྦྱིང་།

བཅར་འདྲི་བྱེད་སྒྲངས། ཁ་པར་གྱི་ལམ་ནས་བཅར་འདྲི་བྱས།

བཅར་འདྲི་ལྷན་ཁྲིམས། 2015.6.20

ཁྲོམ་གྲགས་ནན་པའི་བྱང་བ་མདོར་བསྟུགས།

ཀུན་ཤེས། རྒྱང་ཆེན།

སྒྲིང་གཞི།

གནའ་པོའི་དུས་ནས་མི་རིགས་མི་འདྲ་བ་དང་ཡུལ་ལྗང་མི་འདྲ་བ་སོ་སོར་རྩ་དང་འདྲའི་བྱང་བ་ལྟ་
 ཆོགས་ཤིག་བཤད་རྒྱ་ཡོད་ལ། དེ་དག་ནི་དུས་སྐབས་དེའི་མིའི་འཆོ་བ་དང་ཁ་འབྲལ་ཐབས་མེད་བ་ལྟ་བུ་
 ཞིག་སྟེ། ལ་ལ་ནི་བྱིས་པ་མ་རབས་དག་ལ་སྟག་སྒྲིང་བྱེད་དུ་ཆན་ཆོན་ནམས་ཀྱིས་ཐབས་སྟེ་ཆོགས་ཀྱི་སྟོ་
 བས་རྟོག་བཟོ་བྱས་པ་དང་། ལ་ལ་ནི་སྒྲ་མ་རྟོགས་ལྡན་ནམ་ཡུལ་ལྗང་དེ་གའི་མི་འགས་མཐོང་ཆོས་སུ་
 བྱུར་པའི་ཕན་གཞོད་ཅི་རིགས་ཤིག་ཡོད་པའི་ལྟ་འཇམ་འདྲའི་བྱང་བ་དག་གོ། ། དེ་བས་བདག་གི་ས་ཡུལ་
 དང་ཁ་ཐག་མི་རིང་བའི་ས་ཞིག་ན། ཆན་གཞོན་ཀུན་གྱིས་སྒྲིང་བྱར་བྱུར་པ་མི་ནས་འདྲེ་བྱ་སྟེས་པའི་
 དངོས་བྱང་གི་ལོ་རྒྱུས་སམ་གཏམ་རྒྱུད་ཅིག་གནའ་ནས་ད་བར་དུ་སྒྲིང་གིན་ཡོད། དེ་ནི་ཁྲོམ་གྲགས་ནང་
 ཞེས་པ་དེད་གི་ས་གནས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་པོད་རྫོངས་ཆབ་མདོ་རྫོང་གི་མངའ་ཁོངས་སུ་གཏོགས་ཤིང་
 བདག་གི་ས་ཡུལ་མདོ་ཁམས་གཞུང་དང་བར་ཐག་ཤིན་ཏུ་ཉེ་བ་ཞིག་སྟེ། མདོ་རྒྱ་ཞེས་པའི་འབབ་རྒྱ་རྒྱང་
 རྒྱང་ཞིག་གི་སྟོད་རྫོང་དུ་གནས་པའི་ཡུལ་དེར་བྱང་བའི་དངོས་བྱང་གི་གཏམ་རྒྱུད་དུ་གྲགས་པ་ཞིག་ཡིན།

གཏམ་རྒྱུད་དངོས།

དེ་ཡང་ཐོག་མར་རི་ལྷོར་བྱང་བའི་ཐང་ལ་ལོ་ལོ་ན་དག་གི་བཤད་རྒྱུན་དུ་འདི་ལྟར་སྟངས་སྟེ། རྫོན་
 ཆད་ཡུལ་དེར་མ་གཤིས་བྱང་བས་མི་ཀུན་དབུལ་ལོངས་ཀྱི་གནས་སུ་བྱུར་པའི་ཆོ་འབྲུ་རིགས་སོགས་འབྱོར་ཅུང་
 བཟང་ཞིང་གྲ་བྱ་བྱ་བའི་བསྟེན་པ་གངས་མང་བསགས་ཡོད་པའི་བྲ་བ་ཞིག་ཡོད་ལ། ཁོས་མང་ཆོགས་
 རྣམས་ལ་འབྲུ་རིགས་ཀྱང་ཅམ་རེ་སྟེར་བ་ཕར་ཞོག། ཐ་ན་འབྲུ་རིགས་སྤར་གང་ཅམ་ཡང་མི་སྟེ་བས་ཡུལ་
 མི་རྣམས་ཀྱིས་དེར་འཁོན་དུ་བཟུང་སྟེ་འབྲུ་མཛོད་མེར་བསྟེགས་པ་ན། དེའི་འཁོན་ལན་སྟོག་ཆེད་དུ་ཁོ་
 རང་འཆི་ཁར་རྩིས་ཕྱོགས་བདག་འཛམ་སྒྲིང་སྟེ་སྟེ་ལ་ཕན་ཐོགས་ཤིང་ཁྲོམ་གྲགས་ཅུ་བར་གཞོད་བསྟུལ་མཁན་
 ཞིག་ཏུ་འབྱུར་བར་ཤོག་ཅེས་སྟོན་ལམ་འདེབས་པར་འདོད་ཀྱང་ཁ་ནོར་ཉེ་འཛམ་སྒྲིང་སྟེ་ལ་གཞོད་བསྟུལ་

ཞིང་ཁྲོམ་གྲགས་ཅུ་བར་ཕན་འདྲེགས་མ་ཕན་ཞིག་ཏུ་འབྱུང་བར་ཤོག་ཅེས་པའི་སྒྲོན་ལམ་ལོག་འདེབས་
བྱས་པས། རྗེས་སུ་ལུས་ངན་སྦངས་ཏེ་ཡུལ་ལྔ་དག་ཞན་ལ་གཞོན་བསྐྱེལ་ཞིང་ཁྲོམ་གྲགས་ཅུ་བར་ཕན་ཅི་
ཐོགས་བྱས་པར་གྲགས། བཤད་སྒོལ་གཞན་ཞིག་ལ་སྤྱི་གཤེན་སྐབས་སུ་ཡུལ་མི་དག་གིས་ཁོ་ཚོར་འབྲུ་རིགས་
བསྐྱེ་རོགས་ཞེས་རེ་བ་ཡང་ཡང་ཞུས་ཀྱང་ངལ་བ་འབྲས་མེད་ཏུ་བྱུར་པས། རྗེས་སུ་ཁོའི་འབྲུ་མཚན་མེས་
འཛིག་པའི་དུས་སུ་ཡུལ་མི་རྣམས་ལ་རོགས་བྱེད་པར་བོས་ཀྱང་མ་ཡོང་བས་འཁོན་དུ་བབྱུང་སྟེ་སྒྲོན་ལམ་
ལོག་པར་བཏབས་པ་སོགས་བཤད་སྟངས་སྣ་ཚོགས་ཤིག་འདུག་ཀྱང་། དེ་ལས་གཞན་དུ་བདེན་ཤས་ཆེ་
སྟེ་མ་པའི་བཤད་སྟངས་ཤིག་ལ་དུས་རབས་བཅོ་བརྒྱད་པའི་སྤྱང་ཙམ་དུ་གྲག་ཤུལ་ཆང་ཞེས་པའི་དུད་ཁྱིམ་
ཞིག་ཏུ་སྐྱེས་ཤིང་ཀམ་དགོན་པའི་ཚོགས་གཡ་དུ་ཞུགས་ཏེ་ཀམ་པ་མཁའ་ཁྱབ་རྩ་རྩེ་རྩེ་མར་བསྟེན་པ་མ་
ཟད་གྲུ་དག་བསྟེན་པ་གངས་མང་བསྐྱས་ཤིང་། རང་ལོ་གྲུ་གཅིག་པར་སོན་པའི་ཆོ་འཛིན་པའི་ནད་ཀྱིས་
ཐེབས་ཏེ་མལ་སར་ལྷུང་བ་ན་ཁོ་རང་གིས་ཤི་བའི་ལོག་ཏུ་གྱ་གཏོ་^① བཅའ་བ་སོགས་བྱེད་མི་ཅང་ཞིང་
ཁྱིམ་གྱི་གཡང་རྟེན་དུ་བཞག་ན་གཡང་དང་བྱིན་སྐབས་སྒྲོལ་ཞེས་ཁ་ཆེམས་བཞག་མོད། ཁོ་མདས་རྗེས་
ཁྱིམ་མེས་ཁོའི་ཁར་ལ་ཉན་པར་གྲུ་གཏོ་བཅའ་བ་ཡིན་ཞེས་བེམ་པོ་དོང་དུ་བསྐྱུར་བ་དང་ཁོ་རང་གི་དངོས་
རྒྱུ་ལྷ་ནག་དང་གཏོར་སྐྱུ་དག་ཀྱང་དོང་དུ་གཡུགས་ཏེ་ཁ་ཚོར་མས་འགོབ་པ་སོགས་བྱས་པ་ལ་ཞེ་སྤང་
དང་ཁོང་ཁྲོ་དག་པོ་ལངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ལུས་ངན་སྦངས་པར་གྲགས།

རྗེས་སུ་ཏ་ལ་ཅུ་བའི་བྱད་མེད་ཅིག་གི་ལོག་ལ་འདྲེ་དེ་ཉིད་ཞུགས་ཏེ་བཟོད་པར་དཀའ་བའི་མནར་
གཅོད་དག་པོ་སྐྱེས་པས་ཤིག་མེད་ཅུས་པའི་གཏིང་ནས་གཟེར་ཏེ་སྒྲོལ་ཁད་དུ་བྱུར་པས་སྒྲ་མ་དཔལ་འབར་
ལགས་གདང་ཞུས་གནང་སྟེ་ཉིན་མང་པོ་ཞིག་ལ་འདོན་པ་རྒྱུ་མ་ཆད་པར་གསུངས་པ་དང་ཐུན་རྩ་

② བཏབ་སྟེ་མཐའ་མར་ནད་ལས་ཐར་ཙམ་བྱུང་། འདྲེ་དེ་ནི་ཁྲོམ་གྲགས་ཆན་པོ་ཡིན་པ་ཀྱང་ཀྱིས་ཤེས་ཡོད་
ན་ཡང་བྱ་ཐབས་བྲལ། ཡང་ལོ་འགའི་སྔོན་དུ་ཁོས་ཀམ་རབ་བརྟན་ཞེས་པ་ལའང་གཞོན་བསྐྱེལ་ནས་སྦངས་
འཁོར་ལ་མི་ནག་ཐག་མདུང་གིས་ཆིངས་བརྒྱབ་པ་བཞིན་རྫོགས་སོང་བར་བཤད། མི་ལ་ལས་བཤད་རྒྱར་

① གྲུ་གཏོ་ནི་ལོ་བརྒྱད་བརྒྱུ་ལོན་སྐབས་བར་ཆད་རྒྱོག་ཐབས་སུ་བསྐྱེད་པའི་ཆོག་ཞིག་

② ཐུན་རྩ་ནི་ཆོག་ཞིག་གི་མིང་།

མདོ་ཁམས་གཞུང་དུ་དགོང་མོར་སོང་ན་རྒྱངས་འཁོར་འདམ་དུ་བྱག་པ་དང་ཉེན་ཁ་གང་ཞིག་བྱུང་ཆེ་
རྒྱངས་འཁོར་ལ་ཕུ་རྩལ་།^① བྱས་ཏེ་སྐད་གསང་མཐོན་པོའི་ངང་ཁྲིམ་གྲགས་ཀྱི་པོར་ང་ལ་བར་ཆད་མ་
བྱེད་རྒྱུས་ཞེས་ཅེ་སྐུ་ལྟ་བུ་དང་ཡང་ན་གུ་ཅད་པའི་བསྟེན་པ་བཏོན་ན་ཁོའི་སྐད་སྒྲ་ཐོས་ལ་དེ་དང་
ལྷན་དུ་འོད་ཐིག་ཅིག་ཤར་ནས་དཀའ་ཁག་ཀྱང་མེད་པར་གུར་འགྲོ་བར་བཤད།

ད་སྐབས་ཁོ་རང་གི་པ་ཡུལ་དང་མདོ་ཁམས་གཞུང་ཕྱོགས་སུ་མཐོང་ཐོས་ཐྱོང་གསུམ་གྱི་ཡུལ་དུ་མི་
འདུག་ཅེས་ཡུལ་མི་དག་གིས་བཤད་ལ། འགའ་རེས་བཤད་ན་དེང་སང་སྐབས་སྐབས་སུ་པ་ཡུལ་གྱི་ཕྱོགས་
ལ་འོང་ཙམ་བྱེད་པ་ལས་རྒྱ་དུ་རྒྱུད་ལུང་དང་ལྷ་སའི་ཕྱོགས་སུ་གནས་འདུག་ཅེས་བདེན་རྒྱུ་ཤེས་དཀའ་
བའི་སྐད་ཆ་ཞིག་ཀྱང་འདུག། ཀན་རབས་པ་དག་གི་དག་རྒྱུན་ལ་དེ་དུས་ཁོའི་ཞེ་སྒྲ་དང་འཁོན་སེམས་
ཀྱི་དབང་གིས་ལུས་ངན་རྒྱངས་པ་ཙམ་ལས་རྒྱ་དུ་པའི་བསྟེན་པ་མང་ཙམ་བསྐྱས་པའི་མཐུས་རྒྱུས་
སུ་རེས་གྱིས་ལུས་རྟེན་བརྩེ་ཞིང་ཐར་བ་ཐོབ་པར་བཤད།

ད་དུང་མི་གང་ཞིག་ལ་གཞོན་བསྐུལ་བ་དང་། སྒྲིག་འཕྲིག་རྩལ། ཡན་བཏགས་པ་སོགས་ལྷ་ཚོགས་
ཤིག་བཤད་ཀྱང་། བདེན་རྒྱུ་གྱི་དབྱེ་བ་འབྱེད་དཀའ་བས་ཅེ་ཞིག་དེ་ཙམ་གྱིས་མཆུག་བསྐྱ་བར་བྱའོ།

བཅར་འདྲི་བྱེད་མཁན། ཀུན་ཤེས།

བཅར་འདྲི་བྱེད་མཁན། ཨ་ཁུ་མ་དོན་ཡོན། དཔལ་ལྷན། ལྷ་སྐབས་སོགས་ཡིན།

ས་གནས། རང་ཆེན་རྫོང་།

① ཕུ་རྩལ་ནི་ཁ་སྐད་དུ་ཕུ་ཐུང་ཐུང་དེ་རྟ་རྩལ་ལྟར་དུ་བྱས་པའི་དོན།

དབུས་ལམ་གྱི་འདྲེ་གཉིས།

ཆུ་བ་དོན་གྲུབ་ཀྱི་རྒྱུ།

སྒྲིབ་གཞི།

རང་ཉིད་རྒྱུད་དུས་ལྟ་གཞན་གྱིས་བཤད་པའི་འདྲེ་རྒྱུད་སོགས་ལ་ཡིད་སྒྲོན་འཆོར་སྒྲིབ་པའི་དབང་གིས་འདིར་འདྲེ་རྒྱུད་ཐུང་ཐུང་བྲི་བར་བྱ། འདི་ལ་ནོར་པའི་ཆ་མང་བོ་ཡོད་མེད་པས་ཀྱན་ལ་དགོངས་འགལ་མེད་པར་བྱ། སྒྱིར་འདྲེ་རྒྱུད་འབྲི་བ་ནི་གཞན་ལ་འཇིགས་སྒྲིག་སྒྱུ་ལ་བ་མེན་པར་འདིའི་རྒྱབ་རྒྱུད་ས་ན་རིག་གནས་ཤིག་ཡོད་པས་འདི་འདྲ་ཞིག་འབྲི་ཁྱུ་ལ་བྱས་ཡོད།

གཏམ་རྒྱུད་དངོས།

དེ་ཡང་གནད་ལྟ་མོ་ཞིག་ལ་ཨ་སྐྱོ་བ་བཟའ་མི་གཉིས་ཡོད། ཁོང་གཉིས་ལྟ་སར་འགྲོ་བའི་ལམ་པར་དུ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་ཁར་ཐོན་པ་རེད། སྐབས་དེར་རྒྱ་བོའི་པ་རོལ་ནས་སྒྱུ་མི་གཉིས་རྒྱུར་ཡོང་བཞིན་པ་མཐོང་བས་ཇག་པ་རེད་བསམ་སྟེ་བཟའ་མི་གཉིས་པོས་གཡུ་བྱུར་ལྟ་ཏིག་སོགས་རྒྱུ་ཆ་ཡོད་དོ་ཅོག་ཆང་མ་ལུ་འུའི་གསེབ་དུ་སྐས་སྒྲིབ་བྱས། ཁོ་གཉིས་རྒྱ་བོའི་པ་རོལ་དུ་ཐོན་དུས་སྒྱུ་མི་དེ་གཉིས་ཀྱིས་དང་གཉིས་ཇག་པའི་ལམ་འདི་ལ་གསར་དུ་ཞུགས་པ་ཡིན་ཕྱིར་རྟེན་འབྲེལ་མཚོན་བྱེད་ཅིག་ངེས་པར་དུ་སྒྱིན་དགོས། འདི་ནི་གནད་ལྟ་མོ་ཞིག་ནས་ང་ཆོ་ཇག་པའི་རིགས་ཀྱི་ལྷགས་སྟོལ་ཡིན་པས་གཏན་ནས་ཉམས་སུ་འཇུག་མི་རུང་། ཞེས་བཤད། ཨ་སྐྱོ་བ་གཉིས་ཀྱིས་སྐད་དམའ་མོས་སྒྲོ་ནས་དང་གཉིས་ཨ་སྐྱོ་བ་ཡིན་པས་རྟེན་འབྲེལ་མཚོན་བྱེད་ཅིག་གང་ནས་འཁྱུར་ཡོང་། ཞེས་ལན་དུ་སྒྲ་སྐབས། ཇག་པ་གཉིས་ཁོང་སྟོལ་ངས་ཏེ་ཨ་སྐྱོ་བ་གཉིས་ལ་གཅར་རྒྱུད་དུག་པོ་བྱས། སྐབས་དེར་རྒྱུད་མས་ན་ལྷག་མ་བཟོད་པར་རྒྱུ་ཆ་སོགས་སྐས་སའི་ས་གནས་མི་བཤད་ཀ་མེད་བྱུང་། བྱམ་པོ་དེ་འཛིན་བཟུང་བྱས་པར་མ་ཟད་རྒྱུད་མ་རྒྱུ་ཆ་སོགས་སྐད་མེད་ནས་སོང་། ཡིན་ནའང་ཅ་ལག་སྐས་ཡོད་སའི་ས་གནས་གསལ་བོར་མ་བཤད་པའི་སྟེན་གྱིས། གནས་སྐབས་ཇག་པ་ཚོས་ཅ་ལག་སོན་ཐབས་མ་བྱུང་བས། ཇག་པ་ཞིག་གིས་དུ་བ་འཐེན་བཞིན་དོ་པ་བོང་ཞིག་ལ་རྒྱབ་ཁེན་ནས་བསྐྱེད་འདུག སྐབས་དེར་རྒྱུ་བོའི་རྒྱུར་རོལ་ནས་ཇག་པའི་དཔོན་བོའམ་འགོ་བ་དེས་མེ་མདའ་པར་བཞག་སྟེ་དུ་བ་འཐེན་གྲབས་བྱས་ཀྱང་མི་མ་རྟེན། ཨ་སྐྱོ་བ་དེས་རྒྱུ་ཆ་དེ་མཐོང་བས་ཡིད་ལ་

སྒོ་ཐབས་ཤིག་རྟེན་ནས་ངས་ཁྱོད་ལ་མེས་པོའི་ཞེས་བཤད་ཞོར་གྱི་སྤངས་ཏེ་མུར་སྤྲབས་ཀྱིས་ཇག་པའི་འགོ་
བདེ་ཆེ་ཕྱི་མར་བསྐྱལ་བ་ཤིང་། དེ་ནས་ཁོས་ཇག་པའི་བཅ་པོ་ལ་བོང་དེ་ལ་ཁེན་དུ་བཅུག་ཆེས་ལ་ནང་དུ་
བ་ཞིག་མེར་བསྐྱོན་ནས་བཞག་སྟེ་ཁོ་རང་མགོ་སོ་སྐྱར་ནས་བསྐྱད།

རྒྱ་བོའི་པ་རོལ་གྱི་ཇག་པ་གཞན་པ་དེས་ཁོའི་རྒྱང་མར་ཅ་ལག་གང་ན་ཡོད། མ་བཤད་ན་གསོད་རྒྱ་
ཡིན་ཞེས་ཐིག་དམོན་བྱས། ཁོ་རང་ཏྲ་ལས་བབས་ཆེས་མོའི་སྐྱེ་ནས་བབྱང་སྟེ་ཡར་འབྱུང་མར་འབྱུང་བྱས།
སྐབས་དེར་མོས་ཁ་ཕྱིར་འཁོར་ནས་ཇག་པ་དེར་གྱི་ཡིས་བསྐྱར་ཏེ་བསྐྱད། ཁྱི་པར་བྱག་མ་དགོས། ཁམ་འ་
བ་རྒྱར་བྱག ། ཅས་པའི་དཔེ་ལྟར་ཨ་སྐྱོ་བ་གཉིས་ཀྱིས་ཇག་པ་གཉིས་བསད་དེ་ཏྲ་ཞོན་ནས་བོད་ཁུར་བ་
མ་ཟད། སྐས་ཡོད་པའི་རྒྱན་ཆ་དག་ཁྱེར་ནས་སྤྱ་མཐུང་དུ་ལམ་ལ་ཆས་པ་ཤིང་། དེ་ནས་ཁོ་གཉིས་ལྟ་སར་
ཐོན་ལ་ཉེ་བའི་དུས་དེར་སྐར་བསད་པའི་ཇག་པ་གཉིས་འདྲེ་ཅ་མུར་ཏེ་ཉིན་མོར་ཆེས་འདེད་ཅིང་མཚན་
མོར་གཞོད་པ་བྱེད་བཞིན་ཡོད། མཚམས་མཚམས་སུ་འདྲེ་དེ་གཉིས་མཐོང་ལམ་ལ་མངོན་འོང་ལ་དེ་དུས་
འདྲེ་གཅིག་ཤོས་སྒོ་བ་ཕྱིར་ཅ་མངོན་ཡོད་པ་དང་། གཅིག་ཤོས་རྒྱ་མ་བྱུང་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་པས་ཁོ་གཉིས་
འཇིགས་སྐྱག་ཆད་མེད་སྟེས། སྐབས་དེར་ཟླ་བ་གཙོད་པ་བ་གཉིས་ཐོན་ནས་ཨ་སྐྱོ་བ་གཉིས་ལ་བཤད་རྒྱུ་།
ངས་ཁྱོད་གཉིས་ཁྱིད་དེ་པ་བོང་གན་གྱི་རྩར་འདུག་ཏུ་འཇུག་དགོས་པས་ཁ་མ་བྲགས་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་
བྱས། ཟླ་བ་དེ་གཉིས་ཀྱིས་ཉིན་གང་བོར་ཅིག་བཏོན་ནས་བསྐྱད། ཕྱི་ཉིན་ཟླ་བ་རྒན་པ་དེས་དེ་རིང་བོད་
གཉིས་པན་རྒྱན་ལ་རྒྱབ་གཏད་ནས་མིག་མི་འབྱེད་པར་འདུག་ཅེས་གོས་མོལ་བྱས། ཡིན་ནའང་། ཟླ་བ་
གཞན་པ་དེས་མིག་ཕྱིས་ནས་བལྟས་པས་མཐོང་ལམ་དུ་རྒྱན་པོ་འཇིགས་སུ་ཅུང་བརྒྱ་མ་སར་བྱུང་པ་ཞིག་
གིས་ཉམ་ཐག་པའི་ངང་ང་འཆེ་བྱུང་གྱིན་མི་འདུག་ཟེར་བཞིན་ཁུར་ཡོང་གིན་འདུག་ ཟླ་བ་དེ་ཅུང་སྐྱག་
ཀྱང་། ཟླ་བ་གཞན་དེས་དམིགས་པ་མ་དོར་བས་མཇུག་མཐར་འདྲེ་དེ་གཉིས་འདུལ་བྱུང་ཅམ་བྱུང་། དེ་
ནས་བབྱང་ཨ་སྐྱོ་བ་དེ་གཉིས་བདེ་འཇགས་ངང་ལྟ་སར་བསྐྱབས་ནས་མཆོད་མཇལ་ཡང་དག་པ་ཞིག་བྱེད་
བྱུང་མོང་བ་ཤིང་།

བཅར་འདྲི་བྱེད་ཀྱི་བཟང་པོ།

བཅར་འདྲིའི་དུས་ཚོད། 2016.1.15

རོ་ལངས།

པརྟ་རྒྱལ་མཚན། རྟོར་ལགོ།

སྒྲེང་གཞི།

ས་སྒྲེང་གོ་ལ་འདིར་ལྷ་འདྲེ་གདོན་གསུམ་ཡོད་མེད་མི་རིགས་གཞན་པ་འཕམ་ཡང་ན་ད་སྐབས་བོད་
རང་གི་ན་གཞོན་དག་གིས་ཀྱང་ཁས་མི་ལེན་པ་ཡོད་མོད། འོན་ཀྱང་གནའ་ལྷ་མོ་ནས་རང་ཉིད་ཀྱི་པ་མེས་
ཡང་མེས་དག་གིས་གནའ་གཏམ་དང་འདྲེ་བཤད་མང་པོ་བཤད་ཟིན་པས་རང་ཉིད་ལ་དེ་དག་གིས་བག་
ཆགས་ཟབ་མོ་བཞག་སྒྲིང་བས། ངས་ཀྱང་འདི་ནས་འདྲེ་རྒྱུ་དངོས་མ་ཞིག་བརྗོད་པར་བྱའོ།

གཏམ་རྒྱུད་དངོས།

གནའ་ལྷ་མོ་ཞིག་ལ། བཟའ་རྒྱ་གཉིས་ལས་མེད་པའི་བྱིམ་ཆང་ཞིག་ཡོད། ཉེན་ཞིག་ལ་ཁྱོ་བོ་དེ་གི་
སྤང་བས། བེམ་པོ་དུར་ཁྲོད་ལ་སྐྱེལ་མ་ཁན་རྣམས་ཀྱིས་ལམ་བར་ནས་བེམ་པོ་ཐང་ལ་བཞག་ནས་ངལ་
གསོ་བའི་སྐབས་སུ་བེམ་པོ་དེ་གར་སོང་ཆ་མེད་དུ་བྱུར་མོད། ཡིན་ནའང་ཁོ་ཚོས་དོན་དེ་གསང་སྟེ་སུ་
ལ་འང་མ་བཤད། དེ་ནས་ཉེན་འགའ་འགོར་རྗེས་མཚན་མོ་ཞིག་ལ་ཁོ་ཚོས་ཁེར་རྒྱུ་དུ་བྱས་ཇ་འབྱུང་
བའི་སྐབས་ཤིག་ལ་ཕྱི་རོལ་ནས་སྒྲུ་ལ་མཚན་ཞིག་ཐག་བཞིན་པ་ཐོས། མོ་རང་ཤིན་དུ་སྐྱག་ནས་དོ་བར་ལ་
འཇུལ་ཏེ་བརྟམ་ཆེ་མི་ཞིག་ནང་དུ་ཡོང་བ་མཛོང་། ཁོ་ཚོས་ཞིབ་དུ་བརྟམ་ཆེ་རང་གི་ཁྱོ་བོ་ཡིན་པ་ངོས་
ཟིན། མོ་རང་ཤིན་དུ་སྐྱག་ནས་སྐབས་འགོ་དང་མ་ཁེབ་ཏོན། མོ་རང་གི་ཁྱོ་བོ་འཕམ་འདྲེ་དེ་གོ་ཁ་ནས་ཡར་
འབྲང་སྟེ་དུ་འབོད་བྱེད་ཞོར་དོ་འགྲུལ་ལ་སོང་ནས་ཁོ་མ་ཤི་གོང་དུ་རལ་གྱི་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་དོ་བར་ནས་
རྒྱངས་ཏེ་ཁ་ནས་དུ་འབོད་དང་དམོད་ཞོར་གྱི་དེ་སྒྲུ་ནང་ནས་ཡར་གཡུག་མར་གཡུག་བྱས། ནམ་ལངས་
ཁ་ཞིག་ལ་འདྲེ་དེ་བྱིམ་ནས་ཡར་རྒྱག་མར་རྒྱག་བྱེད་ཞོར་གྱི་རོལ་དུ་བྱད་སོང་། འདྲེ་སོང་ནས་རྩང་ཅན་
འགོར་རྗེས་འར་འུར་གྱི་སྒྲུ་དེ་དག་ཀྱང་ཐག་ཇེ་རིང་ནས་ཇེ་རིང་དུ་སོང་། ཁོ་ཚོ་སྐྱར་དུ་དོ་བར་ནས་བྱིར་
བྱད་དེ་ས་དེའི་སྒྲུ་མ་ཆེ་མཚམས་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་མདུན་དུ་སོང་ནས་མདང་བྱབ་བྱང་བའི་བརྒྱུད་རིམ་
ཆ་ཆང་ཁུས། སྒྲུ་མས་མོ་ལ་སྤང་འཁོར་ཞིག་དང་ཆེན་ཐག་སོ་སོར་འདྲོགས་རྒྱུའི་མདུད་པ་རེ་གནང་སྟེ།

དོན་ཅུབ་ཁྱོད་ཕྱིར་སོང་ལ་འདྲེ་ཨ་ཡོང་སྟོན། སྤང་འཁོར་དེ་སྐལ་ལོག་དང་སྐྱེ་མི་དགོས། དགོན་མཚོག་གསུམ་ལ་གསོལ་འདེབས་བྱས་དང་སྦྱོན་མེད་ཅེས་གསུངས། དེ་ནས་མོ་རང་ཕྱིར་རང་བྱིས་ལ་ལོག་ནས་ཆོན་ཐག་སོ་སོར་སྒྲ་མའི་གནང་བའི་མདུད་པ་དེ་རེ་རེ་བཞིན་བཏགས་ནས་བསྐྱད། ས་ཅུབ་ནས་ཅུང་མ་འགོར་བར་མདུད་ཅུབ་བྱང་བའི་སྒྲ་དེ་དག་ཀྱང་ཡུན་ནས་ཡུན་དུ་ཐག་ཆེ་ཉེ་ནས་ཆེ་ཉེ་བྱ་བྱས། མོས་དགོན་གསུམ་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་ཞོར་དོ་བར་ལ་འཇུག། འདྲེ་དེ་སྐོ་ནས་ཡར་འཇུག་ཆེ་ཆོན་ཐག་དོར་བཏགས་ཡོད་པའི་མདུད་པ་ལ་ཁེལ་བས་ན་ཟེག་དུག་པོ་སྦྱེས་ཏེ་ཅུ་འཕོད་དང་ཀི་འཕོད་བྱེད་ཞོར་ཕྱིར་སྐོ་ནས་བྱད་དེ་ལྷང་མདོའི་གྲེག་ལ་སྒྲ་ཆེན་དང་བཅས་ཏེ་བྲོས། ཕྱི་ཉེན་ཡང་སྒྲ་མའི་མདུན་ལ་སོང་ནས་མདུད་ཅུབ་བྱང་བའི་དོན་དེ་དག་ཡང་རྟག་ལས་མེད་པར་ལྷག། སྒྲ་མས་མོ་ལ་འདྲེ་དེ་འདུལ་དགོས་པས་སང་ཉིན་ནངས་དུས་ཁྱོད་སོང་སྟེ་སྟེ་བའི་ནང་ནས་རོགས་བྱེད་མཐན་ཞིག་ཨ་རྟེན་སྟོན་ཞེས་གསུངས། བྱད་མེད་དེ་ཕྱི་ཉེན་སྟེ་མགོ་སྟེ་སྦྱང་བར་དུ་སོང་ཡང་རོགས་བྱེད་མཐན་གཅིག་ཀྱང་མ་བྱུང་བར་ཕྱིར་ལོག་བའི་ལམ་བར་ནས་གསར་བྱ་ལོ་སྦྱུང་ཅུར་ལོན་ཡོད་པ་ཞིག་གིས་ངས་ཁྱོད་ལ་རོགས་བྱས་ན་ཚོག་ང་ལ་བྱིས་རྒྱུང་མ་དང་བྱ་བྱའི་ཐུག་ཀྱན་པ་མ་ལ་སོགས་གཅིག་ཀྱང་མེད། ཡིན་ནའང་ང་རང་འཆི་བར་སྐྱེག་འོན་ཀྱང་ཁྱོད་ལ་རོགས་བྱེད་མཐན་གཅིག་ཀྱང་མ་བྱུང་ན་ངས་རོགས་བྱས་ན་ཚོག་ཅེས་བཤད། དེ་ནས་བྱད་མེད་དེས་གསར་བྱ་དེ་བྲིད་ནས་སྒྲ་མའི་མདུན་ལ་སོང་། སྒྲ་མས་གསར་བྱ་དེའི་ལག་ལ་ཁོང་གི་ཐུག་སྟེང་བཞག་ནས། ཁྱོད་བྱིས་ཉིན་གསུམ་གྱི་རིང་ལ་བྱ་བྱེད་འབའ་འབྱ་སོགས་ཅི་ཞིག་མཐོང་ན་ཕྱིར་ཡོང་ནས་ང་ལ་བཤད་དགོས་ཞེས་མངགས། དེ་ནས་ཁོ་རང་གཅིག་ཕྱིར་ལྷང་བ་དེ་དག་བརྒྱད་ནས་སོང་བ་ན་ཉིན་དང་བོར་ཅི་ཡང་མ་མཐོང་ལ། ཉིན་གཉིས་པར་ཡང་ཅི་ཡང་མ་མཐོང་། ཉིན་གསུམ་པར་ཅི་ཡང་མ་མཐོང་བས་ཕྱིར་སྒྲ་མའི་མདུན་དུ་སོང་ནས། ང་རང་སོང་ནས་ཉིན་གསུམ་གྱི་རིང་ལ་ཐ་ན་བྱེད་ཞིག་ཀྱང་མཐོང་རྒྱ་མི་འདུག་ཅེས་ལྷག། སྒྲ་མའི་ཁོ་ལ་ཁྱོད་དུང་ཉིན་བདུན་གྱི་རིང་ལ་སོང་ནས་སྟོན་དང་། དེ་ནས་ཅི་ཡང་མ་མཐོང་ན་འདྲེ་དེ་འདུལ་བའི་ཐབས་མེད་པར་མ་ཟད་འཇམ་སྒྲིང་དབང་དུ་བསྐྱུ་བའི་གཤེད་མ་ཅུ་འགྲུར་ཉིན་ཆེ་ཞེས་གསུངས། དེ་ནས་ཡང་སོང་བས་ཉིན་དང་བོ་ནས་དུག་པའི་བར་ལ་ཅི་ཡང་མཐོང་རྒྱ་མ་བྱུང་། ཉིན་བདུན་པའི་ས་སྟོང་གི་དུས་ལྷ་ཡུལ་དེ་ན་ཐག་རི་མཐོན་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་སྟེང་ན་མི་དྲིད་ཅིག་དང་འདྲ་བར་ཁ་ཕར་འཁོར་ནས་ཁྱ་རྒྱུར་བཅིངས་ཏེ་རང་གི་བྲང་ཁར་ཁྱ་རྒྱུར་བརྒྱུད་ཞོར་ཁ་

ནས་པར་ཁའི་རི་དེ་དེ་རྟ་ཅུ་བཅེབ་ལྟེ་ཚུར་ཁའི་སྒྲོང་བོ་ལྟེ་དའི་ལག་ཆ་བོའི་ཁྲ་རིང་ཞིག་ཡིན་ན། དས་
འཛམ་གླིང་དབང་དུ་བཟུ་བའི་ཉིན་ཞིག་ཡོད་ཆུ་རེད་ཅེས་བཤད་ཞོར་དང་ཅུ་འཕོད་ཀྱི་འཕོད་བྱས། གསར་
བྱུང་གི་སྐད་ནས་བྱིར་སྒྲ་མའི་མདུན་ལ་སོང་ནས་མཐོང་ཐོས་ཚུང་གསུམ་སྒྲ་མར་བྱས། སྒྲ་མས་ཁོའི་ལག་ལ་
ཐེང་བ་བཞག་ནས་ཁྱོད་སོང་ལ་འདྲེ་དེའི་མགོར་སྒྲོན་ཨེ་རུས་སྒྲོས། གལ་ཏེ་མ་བྱུང་ན་ཡང་ཕྱང་བོའི་ཡན་
ལག་གང་ཅུང་ཞིག་གི་སྒྲེང་ལ་འཕེན་དགོས། དེ་ནས་མུར་དུ་བྱི་ལྟས་མི་བྱེད་པར་དའི་མཚམས་ཁང་ནང་
ལ་ཁྱིད་ཤོག་ཅེས་བཤད། གསར་བྱུང་དེ་བྱིར་བྱག་རིའི་སྒྲེང་ལ་སོང་ནས་བཞུས་ཆོ་འདྲེ་དེ་དུང་ཟུར་གནས་
དེར་བཟུང་ཡོད། གསར་བྱས་དབྱགས་སྒྲེམ་སྒྲེམ་ངང་འདྲེ་དེའི་རྒྱབ་ལ་སོང་ནས་སྒྲ་མའི་ཕྱག་ཐེང་ཁོའི་
ལག་པ་གཡས་པའི་སྒྲེང་ལ་གཡུག་ནས་ཐེང་བ་དེ་སྒྲ་མ་ཆོ་མཚམས་པས་ཁྱོད་ལ་བསྐྱར་ནི་རེད་ཅེས་བཤད་
ཞོར་སྒྲ་མའི་མཚམས་ཁང་ཕྱོགས་སུ་བོས། འདྲེ་དེས་ཨག་སྒྲོད་དང་བཅས་མཚམས་ཁང་སྒྲོར་ཐོན་དུས་སྒྲ་
མས་ཆབ་རྩ་གཡུག་ནས་འདྲེ་དེའི་མགོ་ལ་བརྒྱབ་ནས་པར་སྒྲ་ཞིག་དང་མཉམ་དུ་འདྲེ་དམ་ལ་བཏགས་
སོ།

བཅར་འདྲི་བྱེད་སྐད་དུར་བཟུལ། རྟ་མ་མཁའ་སྒྲ་མོ།

ས་གནས། དར་ལག་རྒྱུང་དཔོན་སྒྲོར་སྒྲ་མ།

བཅར་འདྲི་བྱེད་མཐའ། བསྐྱར་བྱུང་མཚན།

ལྷགས་ལོ།

ལུར་བ་སྐྱབས། རྩེ་རྒྱ།

གནའ་མ་མོ་ཞིག་ལ། མིང་ལ་ཐར་མེད་གོང་ཞེས་པའི་གོང་ལྷ་ཞིག་ཡོད། གོང་ལྷ་དེའི་མཐའ་འཁོར་གྱི་ནགས་ཚལ་སྐྱག་ཅིང་། ལྷ་མི་དག་གིས་བཤད་ཚེད་ལ་ནགས་ཚལ་སྐྱག་པོའི་ཁྲོད་དུ་གདོན་འདྲེ་ཡོད་ཅས་པའི་བཤད་རྒྱུ་ཡོད། ད་དུང་བཤད་ཚུལ་ཞིག་ལ་ཡུལ་དར་ཐར་མེད་གོང་འདྲགས་དོན་ཐོག་མར་དེ་ན་དུང་བྱིས་ཞིག་ཡོད་ལ། བྱིས་ཚང་དེའི་ཚུང་མས་ལོ་རེ་རེ་བཞིན་ཁྱོད་གཉེན་སྲིག་གིན་ཡོད། རྒྱ་མཚན་ལོ་རེ་རེའི་ནང་ནས་ཁྱོད་གཉེན་འགྲོ་བ་རེད། ཐོག་མར་དུང་བྱིས་དེ་ལ་བཟའ་མི་གཉིས་ལས་བྱ་དང་བྱ་མོ་གཅིག་ཀྱང་མེད། རྒྱ་བྱར་དུ་ས་སྤོང་ཅིག་ལ་སྐྱེས་པ་དེའི་དོན་ལྷ་སྤོང་དུག་ཡོད་ཚད་ཚལ་བྱར་གཤགས་པ་ལྷ་བྱའི་བྱག་གཟེར་ལངས་ནས་ཤི་གསོན་གྱི་མཚམས་སུ་སྐྱབས་དུས་རང་གི་ཚུང་མའི་ངོ་ལ་ཅར་ནས་ཁྲོད་ཅས་ཟེར་བཞིན་དབྱགས་ཀྱི་རྒྱ་བ་ཆད་སོང་། ཁྱོད་གཉེན་དག་ལོ་རེ་རེའི་ནང་ནས་རེ་རེ་འཆི་བཞིན་ཡོད། ཁྱོད་གཉེན་གྱི་མིང་ལ་ལྷགས་ལོ་ཟེར། ཉིན་ཞིག་ལ་ལྷགས་ལོས་རང་གི་མགོ་བོ་ཚུང་མའི་བང་ལ་བཞག་ནས་ཤིག་འཚོལ་དུ་བརྟལ། ཚུང་མས་ཤིག་འཚོལ་བཞིན་མིག་རྒྱ་ཤོར་ནས་ཁྱོད་གཉེན་ལོའི་གདོང་ལ་སྐྱུང་། ལྷགས་ལོས་ཁྱོད་ཀྱི་སེམས་པ་སྦྱོང་ན་ཅི་ཡིན་ཞེས་དྲིས་པར། ཚུང་མས་ཉིན་འགའི་རྗེས་ནས་པ་གའི་ནགས་ཚལ་ཁྲོད་ནས་འདྲེ་འདུས་བྱ་རྒྱ་ཡིན་པས་ཐངས་འདྲིའི་ཤ་བྲལ་ང་ལ་བབས་ཡོད་པས་མི་ཤ་ཉིལ་བོ་གཅིག་ཡིན་ལ་རང་གི་ཁྱོད་གའི་ཤ་ཡང་ཡིན་དགོས། གལ་ཏེ་མ་ལོན་ན་རང་གི་ཤ་བྲག་འབུལ་དགོས་པ་རེད་ཅས་བཤད། ཡང་ལྷགས་ལོས་དེ་ན་བྱ་གཉིས་གཅིག་གི་ཚོ་སྒྲོག་ལ་མི་གཞོད་པའི་བྱ་ཐབས་འདྲེ་ཡོད་དམ་ཞེས་དྲིས་པར། ཚུང་མས་རི་ཁྲོད་པ་བཅོལ་ནས་རྗེད་ན་བསྐྱབས་བྱུང་ནི་རེད་ཅས་བཤད་པ་ན་ལྷགས་ལོ་རི་ཁྲོད་པ་འཚོལ་བར་སོང་། ཁ་དཔེར་ལས་ཡག་ན་ལམ་ཡག་ཟེར་བ་དངོས་གནས་བདེན་པ་རེད་འདུག་རི་ཁྲོད་པ་བཅོལ་ནས་མཇལ་བྱུང་སོང་ལ་དོན་དག་ཀྱང་ཚང་མ་མ་ལུས་པར་སྐྱོན་ལྷ་བྲལ། རི་ཁྲོད་པས་སྐྱང་འཁོར་གཉིས་དང་དགྲ་མཆོད་གཅིག་མཆོད་གཅིག་བཅས་གནང་། སྐྱང་འཁོར་མི་རེ་རེ་བྱས་ནས་ཐོགས། དགྲ་མཆོད་དང་མཆོད་སྐྱེས་པར་བྱིན་ནས་ཁྲོད་ཀྱིས་དགྲ་མཆོད་རང་གི་སྐྱེ་ལ་བདགས་

ན། འདྲེ་མོས་འགྲུག་པ་རྒྱག་པའི་སྐབས་སུ་འགྲུག་པ་རེ་རེ་རྒྱག་དུས་མདུད་པ་རེ་སྒོལ་འགྲོ། འགྲུག་པ་
 བརྒྱད་པའི་སྐབས་སུ་ཁྱེད་ཀྱིས་གཞུ་ལྷོང་ལ་མདའ་འདི་བཞག་ནས་འདྲེ་མོ་དེའི་སྒྱིང་ཁར་གཏོང་དེ་རྒྱབས་
 ཞེས་གསུངས། རོ་རུབ་ནི་འདྲེ་འདུས་ཕྱེད་པའི་རུབ་མོ་རེད། རྒྱགས་ལོས་གཞིག་ལགས་པོ་བྱས་ནས་ཕྱག་
 མདུད་བཏགས། མདའ་གཞུ་ཁྱུར་ཏེ་ནགས་ཚལ་དེར་སོང་ནས་ཡིབ་སྟེ་བཟང་བས། མཚན་དཀྱིལ་ཅམ་ལ་
 ནགས་གཞེབ་ནས་མེ་གསལ་ལ་མི་གསལ་བ་རེ་སྟོགས་སྟོགས་ནས་འབར་ཞིང་། སྒྲ་ཡང་འདྲ་མིན་སྒྲ་ཚོགས་
 གྲགས་པ་དང་མཉམ་དུ་རུ་མ་གཡས་པ་ཕྱག་ལ་གཟར། གཡོན་པ་ས་ལ་དུད། མགོའི་སྒྲ་གཟེངས། མཆེ་བ་
 རལ་གྱི་ལྷར་རྩོད་པའི་བདུད་མོ་ཞིག་དབང་བོ་མི་ཚང་བ་དང་ཁ་ཤོ་དང་སྒྲ་ཤོ་ལ་སོགས་པའི་འདྲེ་རིགས་
 སྒྲོང་གིས་བསྐོར་ཞིང་སོད་སོད་རྒྱབས་རྒྱབས་ཀྱི་སྐད་སྒྲས་ནས་མར་ཁེངས། སྐབས་དེར་འདྲེ་རིགས་སྒྲོང་
 གིས་གཡས་སྐོར་གཡོན་སྐོར་བྱས་པའི་འདྲེ་མོ་དེས་ད་ལན་གྱི་ཤ་ཁལ་སུ་ལ་བབས་ཡོད། ཤ་རི་ལྷ་བྱ་ཞིག་
 ཡོད་ཅེས་བཤད་པ་ན། གཡས་ཀྱི་གལ་མཐའ་ནས་བྱན་གཡོག་ལུས་ཕྱེད་མེད་པ་ཞིག་ལངས་ནས་ད་ལན་
 གྱི་ཤ་ཁལ་མོ་ལ་བབས་ཡོད་ཅེས་རྒྱགས་ལོའི་རྒྱང་མར་མཇུབ་མོ་ཀེར་བས། འདྲེ་མོ་དེས་རྒྱགས་ལོའི་རྒྱང་
 མར་ཁྱོད་ཀྱི་མི་ཤ་དེ་རི་ལྷ་བྱ་ཡིན་ཞེས་བཤད་ཞོར་འགྲུག་པ་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་སོགས་རིམ་བཞིན་
 བརྒྱབ་ལ་བདུན་པའི་སྐབས་སུ་མི་རྒན་དེ་ལ་སོག་སྒྲ་མོ་ཞིག་འདུག་ཟེར་ཞོར་འགྲུག་པ་བརྒྱད་པ་བྱས་པ་
 དང་མཉམ་དུ་ལོས་གཞུ་ལྷོང་ལ་མདའ་དེ་བཞག་ནས་འདྲེ་མོའི་སྒྱིང་ཁར་གཟས་ཏེ་འཕང་བས། ཟེར་ཟེར་
 ཚོམ་ཚོམ་དང་བཅས་གི་བ་མ་ཅམ་ཡང་མེད་པར་གར་སོང་ཆ་མེད་དུ་ཐུང། ཕྱི་ཉིན་ཕྱིས་མཚོས་ཚང་གི་བྱ་
 མོ་སྒོ་བྱར་དུ་སྒྱིང་ཁ་ནག་པོར་ཐུར་ཏེ་ཤི་སོང་། དའི་རྗེས་བྱད་མེད་དེས་ལོ་རེར་ཁྱོ་ག་རེ་བརྗེ་མི་དགོས་
 པར་རྒྱགས་ལོ་དང་མཉམ་དུ་བདེ་སྦྱིད་ཀྱི་འཚོ་བར་རོལ།

འདྲེ་རྒྱུ་གཅིག་དམ་ལ་བཏགས་ཚུལ།

ཕུར་བ་བཟ་ཤིས།/ནང་ཆེན།

[ནང་དོན་གནད་བསྟུན།] རྩོན་ཆད་ཀྱི་དོན་དམ་པོའི་ལྷ་བ་ཞིག་ལྷ་སར་འཇལ་སྐྱོར་དུ་སོང་ལྷེ་ལམ་བར་ནས་
འདྲེ་དང་འཕྲད། འདྲེ་དང་ལྷ་བ་གཉིས་ཆེས་བཟང་བའི་ཤོགས་པོར་ལྷུར་ཏེ་བྱ་བ་བཟང་ངན་ཅི་ཡང་བསྟུབས་
པས་མཐར་ལྷ་བ་དང་འདྲེ་གཉིས་སོ་སོར་གྱེས་སོང་ཞེས་ངག་རྒྱུན་དུ་གསལ། དེའི་བརྒྱུད་རིམ་ཆ་ཆར་འོག་ཏུ་
འཆད་པར་བྱའོ།

གཏམ་རྒྱུད་དངོས།

གནའ་ལྷ་མོ་ཞིག་ལ་ཀྱི་དོན་དམ་པོའི་ལྷ་བ་ཞིག་གིས་ཁོ་རང་ལྷ་སར་འགྲོ་དགོས་ཞེས་སྒྲ་མར་ཡར་ཁྱ་
བྱས་ཀྱང་། སྒྲ་མས་ལམ་བར་དུ་རྒྱུ་གཅིག་ཅེས་པའི་འདྲེ་ཞིག་གིས་ཁོ་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན་པ་མཁྱེན་
ནས། རྩོད་དང་ལྷ་སར་མ་འགྲོ་སོང་ན་བར་ཆད་ཡོད་པས་དགོན་པར་བསྐྱད་ན་བཟང་ཞེས་གསུངས་
ཀྱང་། ལྷ་བས་སྒྲ་མའི་གསུངས་ལ་མ་ཉན་པར་མ་བཟང་ལྷ་སར་འགྲོ་བའི་སེམས་ཐག་བཅད་ནས་སྒྲ་མ་ལ་
ཡང་ནས་བསྐྱར་དུ་གནད་བ་བྱས། མཁུག་མཐར་སྒྲ་མས་འགྲོ་དུ་འཁུག་པ་ལས་ཐབས་གཞན་མ་རྟེན་པར་
རྩོད་ཅེས་པར་དུ་འགྲོ་དགོས་ན་འདྲི་བྱེད་སོང་གསུངས་ཏེ་དེ་མེད་ཀྱི་ཤེལ་དཀར་ཐང་བ་ཞིག་གནང་། ཁོས་
ཐང་བ་བྱེད་ནས་ལྷ་སར་ཆས། ཉིན་ཞིག་ལ་ལྷ་བ་དེ་བྱང་སྟོད་ཀྱི་ས་ཆ་ཞིག་ལ་ཐོན་ཏེ་དེའི་ཕྱི་དྲོར་གོས་
རྒྱ་བོ་ཞིག་གོན་ཏེ་གཡག་ཨ་ཡུ་འབྲིད་མཁན་གྱི་མི་ཞིག་ལ་འཕྲད། ལྷ་བས་མི་དེ་ལ་རྩོད་གང་ལ་འགྲོ་དགོས་
ཞེས་དྲིས་ཆོ། མི་དེས་ང་ལྷ་སར་འགྲོ་དགོས། རྩོད་གང་ལ་འགྲོ་ཞེས་དྲིས། ལྷ་བས་ང་ཡང་ལྷ་སར་འགྲོ་
དགོས་ཞེས་ལན་བཏབས། གཡག་ཨ་ཡུ་འབྲིད་མཁན་དེས་རྩོད་དང་འདྲེ་གཉིས་ཀྱིས་ཤོགས་སྐྱིག་ན་ཅི་འདྲ་
རེད་ཅེས་དྲིས་པས། ལྷ་བ་དེ་ཤིན་ཏུ་འཐད་ནས་རེད་རེད་དེ་ལོས་ཆོག་ཟེར་ནས་སྒྲ་མ་གྱིས་བསྐྱིགས་ཤིང་
གཡག་ཨ་ཡུ་འབྲིད་ནས་ལྷ་སའི་ཤོགས་སུ་ལམ་ལ་ཆས་སོང་།

གཡག་ཨ་ཡུ་འབྲིད་མཁན་དང་ལྷ་བ་དེ་གཉིས་བྱང་ཐང་དུ་སྐྱབས་ཏེ་ལྷ་བས་རྩོད་ཀྱིས་བྱང་ཤིང་འཕྱ་
དུ་འགྲོ་འམ་ཡང་ན་རྒྱ་ལེན་པར་འགྲོ་ཞེས་དྲིས་པས། གཡག་ཨ་ཡུ་འབྲིད་མཁན་གྱིས་ངས་བྱང་ཤིང་འཕྱ།

ཁྱེད་ཀྱིས་རྒྱ་ལོངས་ཟེར་ནས་བྱུང་གིང་འབྲུ་ཅ་སོང་། རྒྱུད་མ་འགོར་བར་མི་དེས་བྱུང་གིང་ཁྱེར་ནས་མེ་
ཟུར་ཏེ་རྩ་བ་སྐོར་བ་རེད། ཟུ་བས་ཁྱེད་མི་གཞན་དང་མི་འདྲ་བར་ཁྱེད་པར་ཅན་ཞིག་རེད་འདུག་ཅེས་
བརྟེན་པའི་མཐེ་བོང་བསྐྱེད་པ། གཤམ་ཨ་ཡུ་འབྲིང་མཁན་དེས་ཁྱེད་དང་འབྲེ་གཉིས་ཆེས་བཟང་བའི་གྲོགས་
པོ་ཡིན་ནམ་ཞེས་དྲིས། ཟུ་བས་ལོས་ཡིན་ཁ་དབེ་ལའང་འགྲོ་གྲོགས་བཟང་ན་རྩ་སར་ཐོན་ཟེར་བ་མིན་ནམ་
ཞེས་ལན་བཏབས། ཟུ་བས་ང་ཚོ་རྩ་སར་བདེ་ལེགས་ངང་ཐོན་པས་རྩོ་བོ་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུར་མཇལ་དུ་
འགྲོ་ཞེས་བཤད། འདྲེ་ཡིས་ཁོ་ད་ལྟའི་བར་རྩ་སར་ཐེངས་བརྒྱ་གསུམ་ཅམ་སོང་ཁྱོད་ན་ཡང་རྩོ་བོ་ཡིད་
བཞིན་ནོར་བུ་ཅི་འདྲ་ཞིག་ཡོད་པ་ངས་ད་དུང་ཤེས་མེད་ཅེས་བཤད།

ཡང་ཟུ་བས་ཁྱེད་དང་འབྲེ་གཉིས་ཆེས་བཟང་བའི་གྲོགས་པོ་ཡིན་སྐབས་ངས་ཁྱེད་ངེས་པར་དུ་རྩོ་བོ་
ཡིད་བཞིན་ནོར་བུར་མཇལ་དུ་འབྲིང་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་བཤད། འདྲེ་དེས་ཁྱེད་ཀྱིས་གསུངས་པ་རྩ་ར་ང་ཁྱེད་
དང་རྩ་དུ་རྩོ་བོར་མཇལ་དུ་འགྲོ་དགོས་ཞེས་བཤད་ནས་རྩོ་ཁང་དུ་སོང་། ཟུ་བ་དང་འདྲེ་གཉིས་ཀྱིས་
རྩོ་ཁང་ལ་སྐོར་བ་ཞིག་བྱས་ཏེ་རྩོ་བོའི་བྱང་དུ་བསྐྱེད་པས་དུས་ཟུ་བས་བྱག་འཚམ་ཏེ་གསོལ་བ་བཏབ། འདྲེ་ས་
བྱག་འཚམ་སྐབས་རྩོ་བོའི་སྐྱ་དང་ཁོའི་ཐོད་པ་གཉིས་སྐྱགས་ཆ་ལས་སྐྱར་བ་བཞིན་དུ་འབྱར་སོང་། དེ་མ་
ཐག་ཟུ་བས་རྩོ་བོ་རྩེ་ལ་འདྲི་དཔེ་གྲོགས་མཆོག་ཡིན་པས་ཁྱེད་ཀྱིས་འདྲི་འདྲེ་མ་བྱེད་མངགས་རོགས་མཛོད་
དང་ཞེས་ཁྱེས་ནས་བྱག་འཚམ་གསོལ་བ་བཏབ་པས་ད་གཟོད་ཁོ་རྩོ་བོས་བཏང་།

དེ་རྗེས་ཁོ་གཉིས་སྐོར་བར་འགྲོ་བཞིན་པའི་སྐབས་སུ་འདྲེ་ས་ཟུ་བ་ལ་ཁྱེད་ནི་ང་ལ་མཚོན་ན་བཀའ་
དྲིན་ཆེས་ཆེ་བའི་མི་སྒྲ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། ང་རྩོ་བོར་མཇལ་མ་ཁྱོད་པས་ཁྱེད་ཀྱིས་འབྲིང་ནས་མཇལ་དུ་
བརྒྱུག་དེའི་སྐབས་སུ་ཁྱེད་ཀྱིས་མངགས་རོགས་ཞེས་ཁྱེད་བྱས། དེའི་སྐྱེན་ཀྱིས་ཁྱེད་ནི་ང་ལ་མཚོན་ན་བཀའ་
དྲིན་ཆེས་ཆེ་བའི་མི་སྒྲ་ཞིག་ཡིན་ཟེར་བ་རེད། སྐོར་ལམ་ལ་ཐོན་དུས་ཁྱེད་ཀྱིས་ཅི་ཉོ་དགོས་ཞེས་དྲིས་པ་
ན། ཟུ་བས་ངས་བར་སྐོར་ནས་སྐྱག་ཆལ་དང་དུང་དཀར་སོགས་བཟང་བོ་ཞིག་ཉོ་དགོས་ཞེས་བཤད་པས།
ཁོ་གཉིས་བར་སྐོར་གྱི་ཚོང་རར་སོང་ཕྱེ་གཤེར་དདུལ་གྱི་སྐྱག་ཆལ་དང་དུང་དཀར་སོགས་ལ་བཞུས། འདྲེ་
ནི་ཟུ་བ་ལས་གཞན་མི་གཅིག་གིས་ཀྱང་མཐོང་མི་བྱུང་བས་ཚོང་བདག་གི་སྐོར་སྐམ་ལས་སྐོར་མོ་སྐངས་
ཏེ་ཕྱིར་ཚོང་བདག་ལ་སྐྱད་དེ་གཤེར་གྱི་སྐྱག་ཆལ་གཅིག་དང་དུང་དཀར་ཆ་གཅིག་གཟན་ཤམ་སོགས་
སྐམ་རྒྱུང་གང་ཉོས། འདྲེ་ཡིས་ཁོ་བསམ་ཡས་སུ་དོན་དག་ག་གེ་མོ་ཞིག་གི་སྐྱེན་ཀྱིས་འགྲོ་དགོས་བྱུང་བས་

སྒྲོ་བྱར་དུ་ཕྱིར་ཐོན་མིན་མི་ཤེས་པས་ཁྱེད་ཀྱིས་སྒྲུལ་དེ་ང་ཚོ་འགྲོ་བའི་ངང་ནས་བཟུང་རྒྱུ་ལ་བཞེད་
 ཅེས་གདམས་ཆེས་འདྲི་དེ་བསམ་ཡས་སུ་ལོག་སོང་། ཁོ་རང་ལྟ་བུ་བཟོ་ཞིག་ཏུ་སྒྱུལ་ཏེ་ཁོ་པོ་ལྟ་བུ་བཟོ་གྲགས་
 ཅན་ཞིག་ཡིན་ཟེར་ནས་ལྟ་བུ་བཟོ་ཞོར་ལྟ་ཁང་གི་མཐའ་འཁོར་ལ་སྒྲོས་སྟགས་བདུག་ནས་བསམ་ཡས་མེ་ཏུ་
 སྒྱར། བསམ་ཡས་ཀྱི་འགྲུལ་བྱར་ཞིག་ན་གྲུ་ཏུ་རིན་པོ་ཆེ་མཆོག་གིས་བྲིས་པའི་བྱ་ལོ་དཀར་བོའི་གཟུགས་
 རིས་ཞིག་ཡོད་པ་དེས་གསུང་འཕྲོན་ཏེ་བསམ་ཡས་མེ་ཡིས་འཆོག་བཞིན་འདུག་ཅེས་བོས་མ་ཐག་འཁོར་
 སྒྲུང་རྒྱལ་བོ་བདད་དཀར་དེས་རྟོགས་ཏེ་སྒྱུར་དུ་དམག་དྲངས་པས། འདྲི་དེས་གཡག་ཨ་ཡུ་ཞོན་ནས་བོས་ཏེ་
 རྒྱལ་མཐའ་ནས་སྐར་མདའ་འཕངས་པ་ལྟར་བོས་ནས་ལྟ་སར་སྒྲུག་བཞིན་པའི་བྲུ་བའི་མདུན་དུ་བསྐྱེབས།
 དེ་མ་ཐག་གྲུ་བ་དེ་གཡག་གི་འཕྲོངས་ལ་ཞོན་དུ་བཅུག་སྟེ་འགྲོ་བའི་སྐབས་སུ་རྒྱལ་བོ་བདད་དཀར་གྱིས་
 མདའ་མདུང་གི་མཚོན་ཆས་ཆར་ཕབས་ཀྱང་། ལྷའི་མཚོན་ཆ་ནི་མི་ལ་དེ་མ་ཐག་ལོག་མི་ཐུབ་པས་གྲུ་བ་
 དེ་འདྲི་ཡི་མཚོན་སྒྲུང་དུ་ཀྱུར། ལྟ་ས་ནས་མ་རྒྱལ་སྒྲོམ་རའི་བར་དུས་ཚིད་གཅིག་ཙམ་གྱིས་ཐོན་སོང་བར་
 གྲགས། རྒྱ་བོ་བདད་དཀར་གྱིས་རྒྱང་གཅིག་འཛིན་མ་ཐུབ་པར་ཤོར་སོང་། ཕྱི་དྲོའི་དུས་སུ་འདྲི་རྒྱང་གཅིག་
 ཁོ་ཡང་ས་ཆ་ཞིག་ལ་ངེས་པར་དུ་འགྲོ་དགོས་པས་གྲུ་བར་ཁྱེད་ཀྱིས་རྒྱབ་ཁྱལ་དེ་བཟུང་སྟགས་ཞེས་བཤད་
 པར་མ་ཟད། ཁྱེད་ཀྱིས་ནད་དུ་ལྷ་མི་ཉན་ཟེར་ནས་ལོག་སོང་། ཕྱི་ཉིན་ཕྱི་དྲོར་གྲུ་བས་རྒྱབ་ཁྱལ་དེ་ཁ་ཕྱིས་
 རྒྱས་བཞུས་དུས་ནད་དུ་མི་མགོ་ཞིག་ཡོད་པ་མ་ཟད་མིག་གཉིས་ཁྲ་ཆེལ་ལེར་འཁོར་བཞིན་ཡོད། འདྲི་དེ་
 ཕྱིར་ཐོན་ནས་རྒྱབ་ཁྱལ་ནད་དུ་བཞུས་ཙན། སྒྲོ་བྱར་དུ་ཁྱོས་ཏེ་ཁ་གདངས། མིག་ཅེར། མཆེ་བ་གཅོགས་
 རྒྱས་གྲུ་བ་དེ་ཟ་གྲུབས་བྱས་མོད། འུ་གཉིས་མནའ་བཅད་ཡིན་པས་ངས་ཁྱེད་དེ་ཐེངས་མི་ཟ་ཞེས་བཤད།
 ངས་ཁྱེད་འགྲོ་ཁར་མ་ལྟ་ཞེས་བཤད་ཡོད་མོད་མི་ངན་ཁྱེད་ཀྱིས་བཞུས་ཐེན་པས་ད་ནས་བཟུང་འུ་གཉིས་
 རང་རང་སར་འགྲོ་ཟེར་ནས་ཐུང་ཙམ་སོང་ཆེས་སྒྲོ་བྱར་དུ་ཕྱིར་འཁོར་ནས་སྐར་མུང་གྲུ་བར་སྒྱུར། ཁྱེད་
 ཀྱི་སྒྲུ་མ་དང་ཆོས་གྲོགས་རྣམས་ལ་ལེགས་སྐྱེས་སྟེར་དགོས་ན་དུང་དཀར་ཡོད་པའི་སྐམ་ནས་བྱིན་ཟེར་ཏེ་
 སོ་སོར་ལོག་སོང་། གྲུ་བ་དེ་དགོན་པར་ཐོན་དུས་ཆོས་གྲོགས་རེ་ལ་ཐེར་གཟན་རེ་བྱིན། དེ་ཆེས་སྒྲུ་མའི་
 དྲུང་དུ་སོང་སྟེ་ལམ་གྱི་རྒྱུད་རིམ་ཆ་ཆར་ཁྱེས་པས་སྒྲུ་མས་ཁྱེད་ལ་མ་འགྲོ་ཞེས་བཤད་ཀྱང་དང་ལེན་མ་
 བྱས་ནའང་། ངའི་ཐེང་བ་འདི་ཡོད་པས་ཁོས་ཁྱེད་ལ་གནོད་པ་བྱེད་མ་ཐུབ་མོད། ཡིན་ནའང་ཁྱེད་ལ་
 བར་ཆད་འབྱུང་རྒྱ་རེད་ཅེས་གསུངས། དེ་ཆེས་གྲུ་བ་དེ་སྒྲུ་མས་གསུངས་པ་བཞིན་སྐྱེས་སར་བབས་ནས་

བཟའ་མི་བརྒྱུད་ཀྱི་བདག་པོར་གྱུར་ཏེ་དཀའ་སྤྱད་གི་འཆོ་བའི་ཁྱོད་ནས་ཟས་གོས་མ་རྟེན་པར་དབུལ་བོར་
གྱུར་ཏེ་བཟའ་མི་བརྒྱུད་ལས་གཞན་འཕྲོ་རྟོགས་གི་བ་མ་ནག་རིལ་དང་འདུག་རྟོགས་བྱས་མོ་རྒྱ་རིལ་ལས་
མེད་པར་གྱུར། ཉིན་ཞིག་གྲ་ལོག་དེས་བསམ་གཞིག་མང་དུ་བྱས་མཐར། འདྲེ་རྒྱུད་གཅིག་གིས་རྩེས་ནས་
ངས་ཁྱོད་ལ་ཕན་ཞིག་འདྲོགས་ཞེས་པའི་ཆོག་དེ་ཡིད་ལ་ག་ལེར་དུན་བྱུང་བས། ཁོ་དེ་མ་ཐག་རྒྱུད་གཅིག་
བཅའ་དུ་གི་རྟེ་ཐག་ལྷག་ཅེས་པའི་མདུན་དུ་སོང་ནས་རྒྱུད་གཅིག་རྒྱུད་གཅིག་ཅེས་བོས་པ་ན། རྒྱུད་གཅིག་
གིས་ཁོ་བརྒྱུད་དང་ལྷན་དུ་ཐག་སྒྲིལ་ནས་ཅེ་དགོས་ཞེས་དྲིས། ཁོས་ང་རང་རྒྱུ་མེད་ཟས་མེད་ཀྱི་དབུལ་བོ་
དབུལ་རྒྱུད་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད་ཅེས་བཤད་པས། རྒྱུད་གཅིག་གིས་གསེར་སྐྱམ་ཅིག་ཁོའི་མདུན་དུ་འཕངས་
པས་དེ་ནས་བརྒྱུད་ཁོ་རྒྱུག་པོར་གྱུར། ཉིན་ཞིག་གི་ཕྱི་དྲོར་རྒྱུད་གཅིག་ཁོའི་ཁྱིམ་ལ་ཡོང་སྟེ་བྱ་བ་གལ་ཆེན་
ཞིག་བརྒྱབ་རྒྱུ་ཡོད་པས་ཁྱོད་ཀྱིས་རྟོགས་མ་བྱས་ན་འབྲུབ་དཀའ་ཆོད་འདུག་པས་རྟོགས་ཤིག་བྱེད་རྟོགས་
ཞེས་བཤད་པར་ཁོས་ང་རང་འཆི་དགོས་ཀྱང་ཁྱོད་ལ་རྟོགས་བྱེད་ཁོ་ཐག་ཡིན་ཞེས་བཤད།

རྒྱུད་གཅིག་གིས་ཁྱོད་སྟོན་ཆད་ཀྱང་ང་ལ་དྲིན་ཆེ་བ་དང་། དེ་རིང་སྤྱག་པར་དྲིན་ཆེ་སོང་ཞེས་བཤད།
ཡང་གཉིས་ཀའས་གཡག་མ་ལུ་ཞོན་ནས་ལུང་མདོ་ཞིག་ལ་ཐོན་དུས་རྒྱུད་གཅིག་གིས་ཁོ་ལ་ལུང་བ་འདྲིའི་
ལུག་ན་མཆོམས་ཁང་དམར་བོ་ཞིག་ཡོད་ལ། མཆོམས་ཁང་དེའི་ནང་དུ་རི་ཁྱོད་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་ལྷ་
ལེན་དགོས་པས་ཁྱོད་སྟོན་ལ་སོང་ཞེས་བསྐྱལ་བ་ལྟར་སོང་། མཆོམས་ཁང་ནང་དུ་བཞུགས་ཡོད་པའི་རི་
ཁྱོད་པ་དེ་ནི་སི་རྟེ་ཆོས་འབྱུང་ཡིན་ལ། ཁོ་སྟོན་དུ་མངགས་དགོས་པའི་རྒྱུ་མཆོན་ཡང་རྒྱུད་གཅིག་ཁོ་རང་
ཉིད་སོང་ན་མཆོམས་ཁང་གི་ཕྱོགས་བཞི་ལ་མེ་དབྱུང་གིས་བྱུབ་འདུག་པས་ཆོག་འགྲོ་བར་དོགས་པས་ཡིན།
གྲ་ལོག་དེ་སི་རྟེ་ཆོས་འབྱུང་གི་མཆོམས་ཁང་འབྲམ་དུ་ཐོན་དུས། སི་རྟེ་རིན་པོ་ཆེས་ཡེ་ཤེས་བྱུན་གྱིས་
གཞིགས་ཏེ་ཁྱོད་གང་ན་འཕྲོ་དགོས་ཞེས་དྲིས་པར། ཁོས་འདྲེ་རྒྱུད་གཅིག་གིས་ང་ཁྱོད་ཀྱི་ལྷ་ལེན་དུ་མངགས་
པ་ཡིན་ཞེས་དྲང་མོར་བཤད། སི་རྟེ་ཆོས་འབྱུང་གིས་ཁྱོད་ཀྱིས་ངའི་ལྷ་ལེན་མི་ཐུབ་པས་རྟོང་སེམས་མ་
འཆང་གསར་བྱ་ཞེས་གསུངས་ཏེ་འཇུག་ལུལ་ལེར་རྒྱུད་གཅིག་ཁྱོད་གཉིས་ཀྱི་ངལ་བ་འབྲས་མེད་ཡིན་པས།
ཁྱོད་སོང་ནས་རྒྱུད་གཅིག་འདྲིར་བྱིད་ཤོག་ཅེས་བཀའ་ཕབ་མོད། ཁོས་ངས་འཁྲིད་མི་ཤོད་ཞེས་ལུས་པར་
སི་རྟེ་ཆོས་འབྱུང་གིས་ངས་ཤོག་ཟེར་ན་ཁོ་ངེས་པར་དུ་ཡོང་ངེས་རེད་ཅེས་གསུངས་པས། ཁོ་དེ་མ་ཐག་
རྒྱུད་གཅིག་གི་འབྲམ་དུ་སོང་ནས་དེ་ལྟར་བཤད་པས་རྒྱུད་གཅིག་པར་ཚུལ་གང་དུ་འང་འགྲོ་མི་ཐུབ་ཅིང་

དག་ཡང་སྤྱི་མི་ཐུབ་པར་གྱུར་ཏེ་ཁོའི་རྒྱུ་ལྷན་གྱི་འབྲངས་ནས་མཚན་ཁང་སྒོར་ཐོན་དུས། སི་ཉི་
ཚོས་འབྲུང་གིས་མཚན་ཁང་གི་འགྲམ་དུ་མི་ཐབ་བསྒྲིགས་ཏེ་དགང་གཟར་དང་མཚོད་རྒྱུ་སོགས་བྲ་
སྒྲིག་བྱས་ཏེ་ཁོ་གཉིས་ལ་སྒྲིག་འདུག། འདྲེ་རྒྱུ་གཅིག་སི་ཉི་འདྲེ་དུང་དུ་ཐོན་མ་ཐག་ཁོང་གིས་སྒྲིག་དུ་སྒྲིག་
བསྒྲིགས་བྱས་པས་རྒྱུ་གཅིག་གི་ཐུག་གཟེར་གྱི་སྒྲིག་གནས་ས་གང་བར་གྱུར། དེ་མ་ཐག་གྲ་ལོག་གིས་སི་
ཉི་ལ་ཐུག་འཚལ་ནས་ཁོ་ནི་ང་ལ་བཀའ་དྲིན་ཆེ་བས་སྒྲ་མ་ཁྱེད་ཀྱིས་དེ་རིང་གཅིག་ཕྱར་ཆེ་ཐར་གཏོང་
རོགས་ཞེས་བྱ་བ་བྱས་པས། སི་ཉི་རེན་པོ་ཆེས་རྒྱུ་གཅིག་ལ་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྐྱེད་པ་ཐུང་བ་དང་དཀོན་
མཚོག་གི་དབྱ་འཕང་བསྐྱོད་པ། ད་དུང་རྩ་མུད་སོགས་བཟའ་བཅུང་བྱེད་པ་དང་མི་ལ་གཞོད་པ་མི་བྱེད་
པ་སོགས་དམ་བཅའ་བྱེད་དུ་བཅུག་སྟེ་རྒྱུ་གཅིག་དམ་ལ་བཏགས་སོ།

བཅར་འདྲི་བྱེད་ས། བྲ་ཚོགས།

བཅལ་འདྲི་བྱེད་མཁན། ཕུར་བ་བྲ་ཤིས།

ས་གནས། ཡུལ་ཤུལ་ནང་ཆེན།

བཅར་འདྲི་དུས་ཚོད། 2015.5.25

འདྲེ་མོ་ཕག་ལྷ་མ།

རག་ཤུལ་བཟླ་ཤེས་དབང་གཤམས། རྒྱུད་ཆེན།

སྒྲིབ་གཞི།

འདྲེ་ཞེས་པ་ནི་མི་མ་ཡིན་གྱི་རིགས་སུ་གྱུར་པའི་སྒོག་ཆགས་ལས་ངན་ཞིག་ཡིན་མོད། དེས་མི་འཛོན་
ཐང་ཅན་དང་དཔའ་ངར་ཅན་སོགས་ལ་ཅི་ཡང་བྱེད་མི་རུས་ལ། དེ་ལས་ཐོག་སྟེ་ཉམས་རྒྱུད་དང་འཛོན་
རུས་མེད་པ་དག་ལ་གཞོད་པ་བྱེད་བཞིན་ཡོད། ཐེངས་འདིར་ཁོ་བོས་འབྲི་བྱས་བྱས་པའི་འདྲེ་མོ་ཕག་ལྷ་
མ་ཞེས་པའི་གཞོན་འདྲེ་འདི་ཐོན་ཞིག་ལ་བྱུང་བའི་དངོས་ཡོད་ཀྱི་གནས་རྒྱུ་ཞིག་ཡིན་པ་རྒྱན་གཞོན་
ཀུན་གྱི་ཁ་ལ་གཤག་བཞིན་ཡོད། ཁོ་བོས་སྒོ་སྒྲོས་ལ་བཅར་འདྲི་བྱས་ཏེ་ཡིག་རོར་ཕབ་པ་ཡིན།

གནམ་རྒྱུད་དངོས།

རིག་གསར་གྱི་ཡར་ཐོན་ཞིག་ཏུ་བྱིས་ཆང་དགེ་ལེགས་ཆང་ལ་བྱ་གཉིས་དང་བྱ་མོ་གཅིག་ཡོད། བྱ་མོ་
དེ་རང་བཞིན་གྱིས་ཅེད་མོ་ཅེད་རྒྱུར་དགའ་བ་དང་གཞན་ལ་ཏ་ཅང་མཐུན་པའི་བྱ་མོ་གཉིས་བཟང་ཞིག་
ཡིན། བྱིས་ཆང་དེ་ཡང་བྱ་མོ་དེའི་རུས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་རྩ་ལྷག་ཡང་ལོ་རེ་བཞིན་དུ་ངོམ་ཆོག་ཆོག་
ཅིག་འཕེལ་རྒྱས་ལ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། ད་དུང་ངོ་གཞོང་མི་དགོས་པའི་སྟེ་གཟུགས་ཏ་ཅང་ཡག་པོ་ཞིག་ཀྱང་
ཡོད་ལ། མོས་མི་ལོ་ཉེར་གཅིག་གི་འཆོ་བ་པ་མའི་འབྲམ་ནས་བསྐྱལ།

ཉིན་ཞིག་དོན་གྲུབ་ཆང་ཁོ་མོ་གཉེན་སྦྲེད་དུ་བསྐྱེད་པས། པ་མ་གཉིས་ཀྱིས་ཀྱང་ངོ་སྟོན་མ་རུས་
པར་མོ་མི་སྟེར་ཀ་མེད་བྱུང་། ཡིན་ནའང་མོས་མི་འཐད་པའི་རྣམ་འབྱུར་ལྷ་ཆོགས་བསྟན་ཡང་མི་འགྲོ་
ཐབས་མེད་དུ་གྱུར། རྒྱན་མའི་སྐབས་སུ་ཡང་ཉིན་གཉིས་ཙམ་ལ་ཟ་མ་ཁམ་གང་ཡང་མ་སོས། ཆང་མས་ཟ་
མ་ཟ་རིགས་ཞེས་སྐུལ་ཡང་གནམ་ནས་མ་སོས། དགོང་མོ་དེར་མོ་ཏ་ཅང་སྟོགས་པས་གཞན་ལ་གསང་བའི་
སྒོ་ནས་ཟ་མ་བཅལ་སྐབས། གཞོང་བ་རྒྱུད་ཆུང་ཞིག་གི་ནང་ན་ཕག་ཁྲག་ཡོད་པ་རྩམ་མཐོང་བྱེད་བཞིན་
པའི་དུས་སུ་གཉེན་སྦྲེད་ལ་ཐོན་ཡོད་པའི་གསར་བྱ་འགས་མཐོང་སོང་། ཁོ་ཆོ་ཆང་གིས་བཟེ་ཡོད་པས་
ཁྲེལ་དགོང་བྱས་ནས་བཤད་རྒྱུར། ཉིན་དཀར་ཕག་ཤ་མི་ཟ། མཚན་མོར་ཕག་ཁྲག་བྱི་ཡིས་འབྱུང་འབྱུང་

བྱེད་ཟེར་ནས་འབྲུ་དམོད་བྱས་པར་མ་ཟད། སྐལ་བྱལ་སྣ་ལ་འགོས་ཡོད་པ་མཐོང་བས་མིང་ལ་འང་སྐལ་
 སྣ་མ་ཞེས་བོས། མོས་ཅི་ཡང་མ་སྒྲུབ་པར་ཁ་རྟོག་གེར་རང་གི་ཉལ་སའི་ཁང་བ་དེའི་སྒོ་བྱ་བ་བྱས་སུ་
 ཡང་ནང་ལ་ཡོང་དུ་མ་བཅུག མོས་བསམ་སྒོ་གཏོང་བ་ཞིན་གཏོང་བ་ཞིན་སེམས་པ་ཇེ་སྒྲོ་བྱ་ཐུང་པས། མི་
 བྱི་ཚང་མ་སྤྱིང་འཇགས་ཡིན་པའི་སྐབས་དེར། མོ་རང་མལ་ལས་ལངས་ཏེ་གཡང་གཟར་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་
 སྤྱིང་ནས་མཚོངས་ཏེ་རང་སྟོག་བཅད། སྒྲ་བ་གསུམ་ཙམ་འགོར་རྗེས་དགེ་ལེགས་ཚང་གི་དབྱར་མཚོར་དང་
 དགུན་སར་འབབ་པའི་སྐབས་སུ་གཟུགས་མེད་ཅིག་གིས་ཅ་ལག་ཚང་མ་གཡག་ལ་བཀལ་བ་དང་རྟོན་ལྷག་
 ཡང་འདྲེད་པ་མཐོང་བས། ཚང་མ་ཅི་བྱ་གཏོལ་མེད་དུ་ཐུར་ནས་པར་ལྷ་རྩུར་ལྷ་བྱས་ནས་འདུག་རྒྱ་ལས་
 ཐབས་གཞན་ཅི་ཡང་མེད། ཁ་ཐག་རྩུང་ཟད་ཇེ་རིང་དུ་ཐུར་དུས་སྤྱོན་ཆད་གནས་ལ་སོང་ནས་རང་སྟོག་
 བཅད་པའི་ཁོང་ཚང་གི་གཅེས་སྤྱག་མ་དེ་རེད། ཉེ་མ་རུབ་ཁ་མ་དེར་ནམ་རྒྱུ་རྒྱུང་ནས་སྤྱུག་སྤྱིང་ཞིག་
 འབྱུང་ཞོར་བསྐྱབས་ཡོང། ཟུར་ལས་ཀྱང་ཡིད་དུ་འོང་བའི་མཛེས་མ་ཞིག་རེད། བར་ཐག་ཇེ་ཉེ་ནས་ཇེ་
 ཉེར་ཐུར་དུས་ཅི་ཡང་མཐོང་རྒྱ་མེད་པར་ཐུར་འགོ། སྤྱོན་ཆད་མོ་ལ་སྤྱོན་མའི་སྐབས་སུ་མིང་ངན་བཏགས་
 ནས་ཁྲེལ་དགོད་བྱེད་མཁན་གྱི་ཕོ་གསར་དེ་ཚོ་ལ་བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་གཞོད་པ་ཆབ་ཆེན་ཞིག་
 བྱས། གསར་བྱ་དེ་ཚོ་དགོང་མོ་ཞིག་ལ་ཆང་གིས་བཟེ་ནས་ལམ་ཡང་གསར་བོར་མི་མཐོང་བའི་སྐབས་
 ཤིག་ལ། མོས་བྱད་མེད་ཏེ་ཅང་ཡིད་དུ་འོང་བ་ཞིག་གི་རྣམ་པའི་ངང་ནས་ཁོ་ཚོར་ཁ་བརྟུན་བྱས། དེ་ལས་
 གཅིག་ནི་མོ་ལ་ཁྲེལ་དགོད་བྱེད་མཁན་ཞིག་མ་ཡིན་མོད། གང་ལྟར་ཀྱང་ཁོང་ཅག་གི་མིག་དབང་
 འཕྲོག་སོང། དག་འཇམ་པོའི་ངང་ནས་འོ་ཇ་ཕོར་བ་གང་རེ་དྲངས་པས། ཉིན་གསུམ་ཡང་མ་འགོར་བར་
 གསར་བྱ་དེ་དག་ལས་གཉིས་དུས་གཅིག་དུ་ཆེ་བྱི་མའི་ལམ་དུ་ཆས། གཅིག་ལ་ཅི་ཡང་མ་བྱུང། ད་དུང་མོ་
 ལ་ཁྲེལ་དགོད་བྱེད་མཁན་གྱི་གསར་བྱ་ལོ་རྒྱུང་གཅིག་སྟག་ཡོད་པས་ནམ་ཞིག་གི་དུས་སུ་བར་ཆད་
 གང་ནས་འབྱུང་བ་སུ་ཡིས་ཤེས། ཡུལ་མི་ཚང་མས་ཁ་ནས་སྤྱོན་ཆད་མོ་ལ་བསམ་ནག་བྱེད་མཁན་
 དག་ལ་བདེ་མོ་མི་ཡོང་རྒྱུ་སྤྱིང། བྱིས་མི་དག་སྒོ་མ་བདེ་བར་བྱ་མ་དང་རི་ཁྲོད་པ་མང་བོར་བྱག་མོ་བྱས་
 པས་ཚང་མས་མགྲོན་གཅིག་དུ་བྱད་མེད་ཅིག་གིས་གདོན་བཞིན་འདུག་ཟེར་ནས་རིམ་གྱོ་མང་བོ་བབས།
 ཡིན་ཡང་གསར་བྱ་དེས་དགུན་སྤྱིང་ཅིག་ལ་གང་ནས་ཡིན་པ་མི་ཤེས་པའི་བྱད་མེད་ཅིག་ལ་དགའ་རོགས་
 བསྐྱེགས། ཉིན་བཅུ་ཙམ་འགོར་རྗེས་ཁོང་གཉིས་ཀྱི་བར་ལ་བྱས་འབྲེལ་བྱུང། དེ་ནས་བརྒྱུད་གསར་བྱ་དེ་

ལ་མི་བདེ་བ་གང་མང་བྱུང་ཞེ་མཚན་མོ་གཉིད་སྦྱིད་པོ་ཞིག་ཀྱང་ཁྱེད་མ་ཆུང་། དེ་ལྟར་ཟླ་གཉིས་ཙམ་ལ་
 འཛོལ་བ་ཀྱང་ལུས་པོ་ཏ་ཅང་ཉམ་ཕྱ་བར་ཁྱུར་ནས་འཛོལ་རེ་བ་མེད་པའི་གནས་སུ་བསྐྱལ། དགོང་མོ་
 ཞིག་ལ་ཁོས་འདྲེ་མོ་ཕག་ལྷ་མ་ཟེར་ནས་ཕྱིག་དམོད་བྱེད་ཞོར་དུ་ཆོ་འཕྲོ་སོང་། དེ་དང་བསྟན་ནས་ཟླ་
 མ་རྣམ་པས་ཡང་བསྐྱར་ཁོང་ཆང་ལ་འདྲེ་མོ་ཞིག་གིས་གདོན་ཞུགས་འདུག་ཟེར་ནས་རིམ་གྱོ་མང་པོ་བབས།
 ཁོང་ཆང་གིས་དེ་དག་ཆང་མ་བསྐྱབས་ཆེས་དེ་ལྟ་བུ་བྱུང་མ་ཆུང་མོད། ཡིན་ནའང་ནམ་རྒྱུན་ས་སོད་ཀྱི་
 དུས་སུ་རྟག་པར་བྱ་མོ་དེ་དང་ད་དུང་སྦྱེས་པ་ཞིག་གིས་པ་མའི་མིང་བོས་ཏེ་རྒྱུང་མི་བདེ་བར་བྱས། རྣམ་
 རྟོག་གི་དབང་གིས་ཨ་མ་ལ་ཡང་ན་ཆོ་བྱུང་བས་ཨ་ལགས་ཤིག་ལ་ཞུས། ཨ་ལགས་དེས་གསུང་རྒྱུ། རྩོན་
 ཆད་བྱེད་ཆང་གི་བྱ་མོ་དེ་ལ་སེམས་འཁོར་སའི་མི་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་དང་མཉམ་དུ་འཛོལ་རྟུམ་བུ་བཅུག་
 པར་བཅུན་གྱིས་གནས་ལ་བྱིན་ཅིང་། རྩོས་ནས་མོའི་སེམས་འཁོར་སའི་གསར་བྱ་དེ་ལ་ན་ཆོ་བྱུང་ནས་
 འཛིག་རྟེན་འདི་དང་བལ་སོང་བས། ད་ལྟ་ཁྱོད་གཉིས་ཀྱི་མིང་ནས་འབོད་མཁན་དེའང་ཁོ་གཉིས་ཀྱི་རྣམ་
 ཤེས་ཡིན་པས། རྩོས་ནས་མིང་འབོད་སྐབས་ཏ་ཅང་དགའ་བའི་ཚུལ་གྱིས་དང་ལེན་བྱས་ཞེས་གསུངས། ད་
 དུང་ཁང་བའི་སྒོ་ཆེན་ལ་འདོགས་རྒྱུའི་སྤང་མདུད་ཅིག་ཀྱང་བྱིན། བྱིས་ལ་ལོག་ནས་ཨ་ལགས་ཆང་གིས་
 གསུངས་པ་རི་བཞིན་བསྐྱབས་པས་རྩོས་ནས་འབོད་མཁན་མེད་པར་ཁྱུར་སོང་།

བཅར་འདྲི་བྱེད་ལ། རྩོ་གྲོས།

ས་གནས། ལྷལ་ལྷལ།

བཅར་འདྲིའི་དུས་ཚོད། 2015.5.23

ར་རྒྱའི་ཡུལ་གྱི་འདྲེ་སྤྱང་ཚན་པ་གཉིས།

རྒྱ་བ་བདེ་དགའ། ར་རྒྱ།

སྤྱང་གཞི།

ང་རང་རྒྱུང་བུའི་དུས་ནས་བརྒྱུད་གནམ་ཡིན་ན་འདྲ་འདྲེ་བཤད་དམ་འདྲེ་སྤྱང་ཡིན་ན་འདྲ།
དེ་དག་གང་ལ་ཡང་དགའ་མོས་ཡོད་མཁན་ཞིག་ཡིན། རྒྱ་མཚན་ངས་གནམ་རྒྱུད་དེ་དག་ཆ་ཚང་བོ་ཨ་
མ་དང་ཨ་ཕྱི། དེ་ནས་ཨ་ཕེ་རྒྱུང་བ་དང་ཨ་ཞང་རྒྱུང་བ་བཅས་ཀྱིས་ང་ལ་བཞག་པའི་བག་ཆགས་ཀྱིས་ང་
གཞོད་དེ་ལ་ཉན་པར་སྒྲོ་བ་དང་དེ་ལ་བསམ་གཞིག་བྱེད་པར་དགའ་བར་གྱུར་སོང་། སྤྱིར་འདྲེ་ཟེར་བ་
དང་གནམ་གནམ་གང་ཡིན་ཡང་དངོས་ཡོད་དང་མཐུན་མིན་བཤད་ཁག་པོ་ཞིག་ཡིན་ལ། དེ་ལ་དེ་ལྟགས་
ཀྱིས་འགྲེལ་ཡང་བརྒྱག་ཅིས་མེད། གང་ལྟར་ངས་བྱེད་ཅག་ལ་སྤྱང་འདོད་པའི་ཀུན་སྤྱོད་ནི། དེང་མ་རྒྱུང་
དུས་སུ་ཨ་མ་དང་ཨ་ཕེ་སོགས་ཀྱི་མདུན་ནས་ཉན་ཏེ་བྱིས་པ་དག་ལ་བཤད་པ་ནང་བཞིན་སྤྱང་བོའི་
སྒྲོ་ནས་ངས་བྱེད་ཅག་ལ་གནམ་རྒྱུད་ཐུང་བུ་གཉིས་བཤད།

ཨ་ཁུ་འབྲུག་ཐར་འབྲུམ།

མོ་རབས་དགུ་བརྒྱུ་བའི་དགུན་རྒྱ་ཞིག་གི་ཕྱི་དྲོའི་མཚམས་ཤིག་ལ། ཨ་ཁུ་འབྲུག་ཐར་འབྲུམ་ཁོ་ཚང་
གི་བྱི་མཉན་ལ་སྒྲོ་ཐུང་དུ་བྱུང་སོང་། དུས་ཚོད་བྱེད་ལྷག་འགོར་སོང་ནའང་ད་དུང་ཕྱིར་ཡོང་རྒྱ་མ་བྱུང་
བས། ཁོའི་རྒྱུང་མ་དང་བཟའ་ཚང་གང་བོས་ཚོགས་ཡེར་མར་ལ་བཅའ་བཅའ་ཡང་ངལ་བ་འབྲས་མེད་དུ་
གྱུར་བས། ཉིན་དེའི་ཕྱི་ཉིན་ར་རྒྱ་དགོན་པའི་ཨ་ལགས་གཙོ་བོ་ཚང་ལ་ཕྱག་མོ་འདེབས་པར་བྱུང་སོང་།
ཨ་ལགས་ཚང་གིས་ཕྱག་མོ་ཞིབ་མོར་གཟིགས་ཆེས། "འོ་རེད། རྒྱ་གཅིག་གི་འཕྲོ་ནས་ཁོ་རང་ཕྱིར་རང་བྱིས་
ལ་ཐངས་གཅིག་འོང་གི། དེ་དུས་ཚང་མས་ནན་མོའི་སྒྲོ་ནས་ཁོ་བཅོན་པོར་བརྒྱུད་ལ་འགྲོ་བར་མ་འཇུག་
གལ་ཏེ་ཤར་སོང་དུས་ངོ་མ་ད་ཕྱིར་འོང་ཡོད་པ་མ་རེད"ཅེས་ཁོང་ཚང་གིས་ནན་གྱིས་གསུངས་བྱུང་། དེ་
ནས་ཁོ་ཚོ་ཕྱིར་བྱིས་ལ་བསྐྱེད་ནས་ཨ་ཁུ་འབྲུག་ཐར་འབྲུམ་གྱི་རྒྱུང་མ་ལ་ཨ་ལགས་ཚང་གིས་ཅི་གསུངས་
པ་མཐའ་དག་ཆ་ཚང་མ་ལྟས་པ་བཤད་པའི་སྤྱར་ལ། ཨ་ལགས་ཚང་གིས་གསུངས་པ་བཞིན་དེ་ལ་བསྐྱག་

རྒྱ་ཐག་གིས་བཅད། ཉིན་མཚན་རིམ་གྱིས་འདས་ཏེ་ཨ་ལགས་ཚང་གིས་གསུངས་པའི་ཉིན་དེའི་དགོང་
མོར་སླེབས་བྱུང་། ལུན་ཕྱོད་ཀྱང་སྒྲག་ཏེ་ཅང་མཐུག། དེའི་སྐབས་ཤིག་ལ་ཁྱི་ཁ་ཏེ་ཅང་བཅོན་ལ། ཁྱོད་སྒྲ་
ཞིག་ཟེ་ཆེ་ནས་ཟེ་ཆེར་གྱུར་ཏེ་ཁྱིམ་ལ་སླེབས་བྱུང་། ཁོའི་རྒྱ་ལ་ལྷན་ཟེད་ཀྱང་ཐ་ན་ལུས་ཀྱི་ཁྱོན་པ་དག་
ཀྱང་མ་ལུས་པར་ཡོངས་སུ་དུལ་འདུག། མགོའི་སྒྲ་ཡང་གཟེངས་ཤིང་འཛིགས་སུ་ཕྱུང་བའི་གནས་སུ་ཆགས་
འདུག། དེ་ལྟར་བསྐྱུང་ཡོད་པའི་གསར་བུ་སྒྲོབས་ཅན་འགས་ཤུགས་ཀྱིས་མཉན་ཡང་། ལུབ་པར་དཀའ་
བས་མཐར་དེའི་ནང་གི་གསར་བུ་ཞིག་གིས་ཁྱ་ཚུར་བསྐྱུན་ཏེ་བརྒྱལ་དུ་བཅུག་སོང་བས་ན། ད་གཟོད་གདོན་
གྱི་ལུས་ཤུགས་སམ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པའི་ཤེད་ཤུགས་དེ་རིམ་གྱིས་སྒྲོད་སོང་། དེ་ནས་ཉིན་འགའ་འགོར་
ནས་དྲན་པ་ཅུང་སྤོང་བས། ཁོ་རང་འདྲེ་ཡིས་བྲིད་སོང་བའི་སྐབས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་མང་བོ་ཞིག་བཤད་
ཡོང་། དཔེར་ན་ཁོས་"ཉིན་ཞིག་ང་ཕྱིར་ཁྱིམ་ལ་འོང་བསམ་སྟེ་ཁྱིམ་གྱི་ཉེ་སར་བཅར་ཡང་ཁྱིམ་མིས་ང་ལ་
ཁ་ལ་མི་བྱེད་ཀྱི་ཟེར། དེ་ནས་ཉིན་ཞིག་ང་རང་ཁྱང་བསྐྱུ་ཁང་ནས་པར་ཨ་ཀ་དོར་ཆོ་ཆང་གི་ཐད་ལ་ཐོན་
དུས། ཨ་ཅེ་གསེར་སྒྲོན་དལ་གྱིས་འོང་སྟེ་ངའི་མགོ་ལ་འདབ་ཁ་བཀག་སྟེ་གཅིན་ཞིག་བཏང་ནས་ཕྱིར་ཁྱིམ་
ལ་ཡུགས་སེར་བྱུང་ཐལ་"ཟེར། དེ་ནས་རིམ་གྱིས་རིམ་གྱིས་ཁོའི་དྲན་པ་ཏེ་ཅང་གསལ་བོར་གྱུར་པའི་མོད་
ལ། ཁོས་ཀྱང་ཡིད་ལ་དྲན་ཡང་མི་བཤད་ལ་ད་དུང་སྒྲོ་ཡང་ལངས་སོ་ཟེར། ད་ནི་གང་སྐར་ཡང་གནའ་
མིའི་བཤད་རྒྱུན་ལ་འདྲེས་ཐེངས་གཅིག་བཟུང་སྟེ་དེ་ནས་ཐར་སོང་བ་ཡིན་ན། ལ་མཚན་པའི་ཆོས་པ་ཞིག་
ཏུ་འགྱུར་ཟེར་བ་ཅིས་མ་བདེན། ཨ་ཁུ་འབྲུག་འབྲུམ་ཐར་ཡང་ཁོ་ལ་གནས་ཚུལ་དེ་བྱུང་བའི་འཕྲོ་ནས་
བཟུང་སྟེ་བོ་ཆོས་སྐུ་བ་དགའ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་སོང་ངོ་།།

2016.3.20ལ་སྐྱེ་ལས་ཡི་གེར་ཐག།

བཀོར་བདག་རྒྱུ་པོ།

རྒྱ་ལོ་རབས་བདུན་ཅུ་པའི་རྒྱ་མོད་སྒྲོན་ལམ་གྱི་སྐབས་སུ་མིང་ལ་བསྐྱར་རྒྱས་ཟེར་བའི་གསར་བུ་
ཞིག་དང་ཚོན་ཐར་ཟེར་བའི་ལོ་ན་ཅུང་མཐོ་བའི་རྒན་པོ་གཉིས་རྒྱུད་འགོའི་ཤོང་དལ་ལ་འཆམ་ལུལ་དུ་
སོང་། ཁོ་གཉིས་སྐང་ལ་ལུལ་ལུལ་ཞིག་བྱས་ཆེས་ཕྱིར་དགོན་ནང་དུ་ཡོང་སྐབས་ཏེ་ཅང་འཕྲི་དྲགས་པས།
ཁོ་གཉིས་སྒྲོད་སའི་དགོན་ནང་གི་ཨ་ཁུ་དེས་ཀྱང་ཁོའི་ཤག་གི་སྒྲོ་གཏན་ཆར་འདུག། དེ་ནས་ཁོ་གཉིས་
ཀྱིས་བསམ་རྒྱུར་མཚན་དཀྱིལ་ཞིག་ལ་ཤག་གི་སྒྲོ་ཞིག་ཞིག་གིས་བརྒྱུང་ན་ཨ་ཁུ་ལ་ལོག་ཤུག་བཟོས་འགྲོ་

བསམ་ནས་བསྟན་ཆུས་ཀྱིས་བཤད་རྒྱུ་"ཨ་རོགས་ལྷ་གཉིས་སོང་ནས་མཚན་གང་པོར་འཁོར་ཆེན་བསྐྱོར་
ཏེ་ནམ་ལངས་པར་སྐྱག་རེ"ཞེས་བཤད་པ་ན། ཀུན་པོ་ཚོན་ཐར་གྱིས་ཆོག་གི་ཟེར་ནས་གཉིས་ཀ་མག་མོག་
ཡིན་པའི་མཚན་དཀྱིལ་དེ་ལ། དགོན་པའི་པར་ལོགས་ཀྱི་ཤར་སྐྱའི་འབྲམ་གྱི་འཁོར་ཆེན་ཞིག་ཏུ་འཁོར་
ལོ་སྐྱོར་སྐབས། འཁོར་ཆེན་དེའི་པར་ལོགས་ཀྱི་འཁོར་ཁང་གཞན་ཞིག་ཏུ་གསལ་ལ་མི་གསལ་བའི་ངང་
ཀྱང་པོ་ཞིག་ལྷ་སྤྱོད་དང་བཅས་འཁོར་ལོ་སྐྱོར་བཞིན་པ་ཁོ་གཉིས་ཀྱིས་མཐོང་འབྲལ། ལྷར་ཞིག་བརྒྱབས་ཏེ་
པར་ལོགས་ཀྱི་ཀྱང་པོ་དེ་ཡོད་སའི་འཁོར་ཁང་དེར་སྐྱུར་མོར་བརྒྱགས་པ་ན། གར་སོང་ཆ་མེད་ཏུ་སྐྱུར་པས་
ཁོ་གཉིས་དེ་མ་ཐག་བཟངས་ཏེ་ས་བཅའ་རྩོད་བཅའ་ཞིག་བྱས་པ་ན་ཅི་ཡང་མི་འདུག་པས། ད་གཟོད་དེ་
ནི་འབྲེལ་མ་དགོར་བདག་ཅི་རིགས་ཤིག་ཡིན་པ་ཐག་གིས་ཆོད་ཐལ་ཞེས་བཤད།

བཅར་འདྲི་བྱེད་ལ། ཚོན་ཐར།

ས་གནས། ར་རྩུ་མེར་ཚོ།

བཅར་འདྲི་བྱེད་མཐུན། རྩུ་བ་བདེ་དགལ།

བཅར་འདྲིའི་དུས་ཚོད། 2016.3.10

རྒྱུ་རྒྱུ་གི་གྲུ་གྲུ་

བཙུན་འབྲུག་རྒྱུ་རྒྱུ་

[ནང་དོན་མདོར་བསྟན།] འདིར་གནད་མིའི་དག་རྒྱུ་དུ་ཡོད་པའི་འདས་དོན་ཞིག་གི་གཏམ་རྒྱུ་བརྒྱུ་ཡོད་པ། མི་ལྷ་གཙོ་བོ་དཔོན་པོ་འབྲུག་བཟང་གིས་རང་ཉིད་ལ་ཆེས་སྒོ་དཀར་བའི་ནང་སྒོན་དགེ་ལེགས་ལྷ་ལས་དུ་བརྒྱུ་པ་དང་། དེའི་རྒྱུ་སྒྲིལ་ཆོ་མོག་དེར་དཔོན་པོ་ཁོ་རང་ལ་འཁོར་བའི་དངོས་རྒྱུ་གཏམ་རྒྱུ་ཅིག་གསོད་ཡོད།

གཏམ་རྒྱུ་དངོས།

དཔོན་པོ་འབྲུག་བཟང་ནི་རྒྱུར་བཀྲང་དཔའ་ངར་ཆེ་ཞིང་ཐབས་ལ་མཁས་པ་ཞིག་ཡིན། གུན་གྲུས་གོང་དུ་བཀྲར་བའི་དཔོན་པོ་ལ་རབས་ཤིག་ཡིན་ཞེས་བཤད་ན་མི་ཆོག་པ་མེད་མོད། ཐེངས་གཅིག་གི་ནོར་འབྲུལ་གྲིས་ཐུང་ཅམ་མིན་ན་ཁོའི་ཐོག་ན་ང་འདྲ་བོའང་གྱེན་ལམ་དུ་ཤོར། ལྷ་འོད་མག་མོག་གི་མཚན་ཐུངས་ཤིག་ལ་ནང་སྒོན་དགེ་ལེགས་ཀྱི་བཟའ་ལྷས་ཐུ་འཐག་ཁང་དུ་ཅམ་པ་འཐག་བཞིན་འདུག་ཁོ་མོ་ནི་སྒོན་པོ་ཞིག་གི་ཐུང་མ་ཡིན་པ་མ་གཏོགས་གཞན་གང་ཅིའི་ཐད་ནས་དཔོན་པོའི་ཐུང་མ་དང་ཐུས་མོ་སོགས་ལ་བརྒྱར་ནའང་འགྲན་མི་ལུས་ས་ཅི་ཡང་མེད། ཁོ་མོ་ནི་རང་བཞིན་བཟང་ཞིང་ལག་ལས་ཀ་དང་དད་པ་བཀྲན་པོ་ཡོད་པ་སོགས་གཞན་ལས་ཁྱུང་དུ་འཕགས་པའི་བྱང་མེད་མཛེས་མ་ཞིག་ཡིན། མོས་རང་གི་བྱ་ལ་སྒོལ་གསོ་གཏོང་ཐུངས་སོགས་ཀྱིང་གཞན་དང་མི་འདྲ་བ་ཞིག་ཡིན། དགོང་མོ་ཞིག་ལ་ཉག་ཉག་དཔོན་པོ་འབྲུག་བཟང་ཁོ་རང་གི་ཐུང་མ་དང་མཉམ་དུ་ཡུན་རིང་སྒྲོད་མ་ཚུགས་པར། ཁོས་གཞི་ནས་བཀོལ་མ་ཐུང་བའི་རྒྱུ་རྒྱུ་ཤིག་མེམས་སུ་དུན་ཏེ་ནང་སྒོན་དགེ་ལེགས་དོན་དག་ཅིག་བསྐྱུབ་པར་ལ་གཡུ་ནས་མ་གཤིད་ཟེ་བའི་ནང་དུ་མངགས། དེ་ནས་ཁོ་རང་རྒྱུ་འཇུག་ལག་འཇུག་གིས་ནང་སྒོན་དགེ་ལེགས་ཀྱི་ཐུང་མ་ཡོད་སའི་ཐུ་འཐག་ཁང་དུ་སོང་བ་ན། ནང་སྒོན་དགེ་ལེགས་ཀྱི་ཐུང་མ་གཅིག་ཕྱར་སྒྲིལ་སྒྲིལ་དང་བཅས་སྒྲིལ་ཕྱི་རྒྱུ་ཕྱི་རྒྱུ་མག་མོག་གི་ལྷ་བར་ཅེར་འདུག་པར་བཞུགས་ན་རང་གི་བཟའ་ལྷ་ཡོད་པར་སྒྲུག་འདུག་པ་ཤེས་བྱབ། དཔོན་པོ་འབྲུག་བཟང་ཐུ་འཐག་ཁང་དུ་འཇུག་མ་ཐག་མོ་རང་ཏེ་ཅང་སྒྲུག་

སྤྱང་ཞིག་དང་བཅས་ཡར་ལངས། གཞི་ནས་དཔོན་པོ་ཡིན་པ་ཤེས་འཕུལ་རྒྱུ་ཞུན་གྱི་དཔོན་པོའི་གཤིས་
 ཀར་ཡིད་ཆད་དང་དོགས་སྤང་ཅི་ཡང་མེད་པར་དཔོན་པོར་འཚམས་འདྲི་ཞུས་ཏེ། དཔོན་པོ་ལགས་འདྲིར་
 ཐེབས་དོན་ཅི་ཡིན་ཞེས་དྲིས་དུས། དཔོན་པོས་དོ་དགོང་དང་དགེ་ལེགས་ཀྱི་ཆབ་ཏུ་བྱེད་ལ་འདུག་རྟོགས་
 བྱེད་དུ་ཡོང་བ་ཡིན་ཞེས་པའི་སྐད་ཆ་དེ་ཐོས་འཕུལ་མོས་ཅི་ཞིག་བཤད་དགོས་པའང་མི་ཤེས་པའི་གནས་
 ལུ་གྱུར་ལ། རིམ་བཞིན་ཉ་ཉོག་གི་སྐད་ཆ་མང་ཙམ་བཤད་པ་དང་སྟན་དུ། དཔོན་པོས་མོའི་ལུས་སྤྱོད་དུ་
 ཡར་ཐུག་མར་ཐུག་བྱས་པས་རྒྱུན་ཞུན་མ་ཡིན་པའི་དོགས་པ་ཆེན་པོ་ཞིག་སྤྲེལ། མོ་རང་ཉིད་ལ་དོགས་
 པའམ་འཛིགས་སྤང་ཞིག་གིས་ཡོངས་སུ་ཁེངས། ཡར་ལ་ཚུང་འཐེན་པ་ཙམ་གྱིས་དཔོན་པོས་མོའི་སྐད་
 པའི་སྐར་གསལ་ལ་འཇུག་ནས་བཀོལ། མོས་སྤར་ལས་སྟག་པའི་འཛིགས་སྤང་གིས་ཏུ་འཕོད་དང་ལྷ་བ་མང་
 ཙམ་བྱས་ན་འང་ཕན་འབྲས་ཏིལ་འབྲུ་ཙམ་ཡང་མ་བྱུང་། དཔོན་པོ་ཁོ་རང་ཉིང་དཀར་གྱི་མི་དང་མཚན་
 མོའི་འདྲེ་ཟེར་བ་སྟར་ལྷ་རྒྱགས་དང་བཅན་ཤེད་ཀྱིས་མོ་རང་སར་མནན། རྒྱབས་དེར་ཉག་ཉག་མ་གཤི་
 རྩེ་བ་ནས་བྱིར་སྤྱོད་བཞིན་པའི་དགེ་ལེགས་ཀྱི་རྣ་ལམ་དུ་རྒྱ་འཐག་ཁང་ནས་བཟའ་རྒྱས་ཏུ་འཕོད་བྱེད་
 བཞིན་པ་ཐོས་པས་ལམ་སང་རྒྱགས་ནས་ཡོང་བ་ན། མིག་ལ་ཉ་ཅང་འདྲིས་ཆ་ཆེ་བའི་སྤྱོད་པ་ཞིག་གི་རྒྱབ་
 གཟུགས་མཛོན་ཞིང་། ད་དུང་དེའི་འོག་ཏུ་འཕག་འཆག་བྱེད་བཞིན་པའི་རྒྱུང་མའང་དངོས་སུ་མཛོང་།
 དེ་ནས་ཁོ་རང་ཆམ་ཆོམ་མེད་པར་ནང་དུ་རྒྱགས་ནས་དཔོན་པོ་དང་དམར་འཛིང་དྲག་པོ་བྱས་མཐར་
 དཔོན་པོ་འབུམ་བཟང་ཐང་ལ་མནན་ཏེ་མིད་པ་བཅན་གྱིས་བསྐྱགས་པས་དཔོན་པོའི་དབུགས་ཀྱང་ཆད་
 ལ་ཁད་དུ་བྱས་མོད། དཔོན་པོས་ཤི་གསོན་གཉིས་ཀྱི་བར་མཚམས་ནས་འཕག་འཆག་ཤུགས་དྲག་པོ་བྱས།
 ཡིན་ན་འང་བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པ་ཞིག་ལ་རང་གི་སྐད་ལ་ཐོགས་པའི་གྱི་རྒྱུང་གིས་རང་ཉིད་ལ་ཆེས་
 རྒྱོད་དཀར་པའི་ནང་རྒྱོན་དགེ་ལེགས་ཀྱི་བྱང་ཁར་བརྩམས་པས་དགེ་ལེགས་འཆི་ལམ་དུ་བརྒྱུངས། དེ་ནས་
 བཟུང་དཔོན་པོ་འབུམ་བཟང་མཚན་མོ་གཉིད་རྒྱབས་དང་ལམ་དུ་འགྲོ་བའི་ཆོ་དུས་རྒྱུན་སྟོག་ཏུ་མི་ཞིག་
 གིས་ཁོའི་རྒྱུ་དེད་ནས་ཡོང་བའི་སྤྱང་བ་ཞིག་ཤར་ལ། རྒྱབས་འགར་མཚན་མོར་གྱང་ཁ་དང་གྱང་ཅ་ཅ་
 གྱིབ་གཟུགས་ཤིག་ཀྱང་འཆར་ནས་ཡོད་པ་མེས་ཀྱིས་ཆོར་ཞིང་མིག་གིས་མཛོང་། ཐ་ན་མཚན་མོའི་མི་
 ལམ་དུ་འང་བྱ་བ་གང་དང་ཅི་ཞིག་སྒྲབ་པ་སོགས་ཉ་ཅང་གསལ་པོར་བཤད། འོན་ཀྱང་བཤད་བཤད་ཐམས་
 ཅད་ནི་དཔོན་པོ་ཁོ་རང་གིས་གཞན་ལ་འཆོ་བ་བྱེད་ལུགས་འབའ་ཞིག་ཡིན་ལ། ལོ་རྒྱུན་གྱིས་འདས་པ་

ལུག་ཇི་དང་རྒྱལ་པོའི་སྤྱིང་ནོར།

བསྟན་འཛིན་འཇིགས་མེད། རྒྱུ་དམར་ལེག།

[ནང་དོན་གནད་བསྟན།] ངས་འདིར་རང་གི་མོ་བོས་ང་ལ་བཤད་པའི་ལུག་ཇི་དང་རྒྱལ་པོའི་སྤྱིང་ནོར་མོ་ཞེས་པའི་གཏམ་རྒྱུད་ཅིག་བྲིས་ཡོད། ལུག་ཇིའི་ཚད་སེམས་དང་སྤྱིང་སྟོབས། སྤྱིང་ལྷོ་ཁྱེད་པོའི་ཚུན་པའི་གཤིས་ཀ་དེས་མ་རུང་པའི་འདྲེ་གདོན་བདུལ་པའི་གཏམ་རྒྱུད་ཅིག་ཡིན།

ནང་དོན་དངོས།

ཐོན་ཆད་མེད་ལ་ཉི་མ་འོད་ཟེར་ཟེར་པའི་ལུག་ཇི་ཞིག་ཡོད། ཁོའི་ཡ་མ་གཉིས་ཁོ་རྒྱུད་དུ་སྐྱེས་ཆོ་ལས་འདས་པས་གཅིག་ཕུར་འབྲོག་ས་ཞིག་ཏུ་ལུག་འཛོལ་ནས་བསྐྱོད་ཡོད། ཁོའི་ཕུ་བོ་ལུལ་ཕྱོགས་གཞན་དུ་ཚོང་བྱེད་པར་སོང་བས་ཁོ་ཕྱོགས་མེད་ཁེར་རྒྱུད་དང་དགུང་གི་ཉི་མ་དང་སྤྱིང་གི་ལུག་ལྷོ་གཉིས་འཛོལ་ཏེ་འཛོལ་བ་རོལ།

ཉིན་ཞིག་ཁོས་བསམ་སྒྲོ་མང་པོ་ཞིག་བཏང་ཆེས་ལུལ་ཕྱོགས་འདིར་ཁེར་རྒྱུད་དུ་བསྐྱོད་ན་མི་ཚོ་སྟོང་ཟད་དང་ཆོ་གཅིག་སྒྲུ་ལ་ཞིག་ཀྱང་རྟེན་མི་ཐུབ་པར་བསམ་ནས་ཕུ་བོ་ནང་བཞིན་ས་ཕྱོགས་གཞན་ལ་ཚོང་བྱེད་དུ་འགྲོ་བར་ཐག་བཅད། དེ་ནས་ཁོའི་རྩ་ས་དང་ལུག་ཚང་མ་བཅོང་སྟེ་ཇི་ཏྲ་ནག་པོ་དེ་ཞོན་ནས་ས་ཕྱོགས་གཞན་དུ་ཆས།

ཉིན་མང་པོ་ཞིག་ཏུ་སོང་མཐར་ས་ཆ་ཞིག་ཏུ་ཐོན། ས་དེ་ནི་ཐོན་ཆད་ཁོ་རང་འཛར་ལོངས་བྱུང་སའི་རི་སྟོང་ལྔ་སྟོང་ལྷ་ཕུ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་གྲོང་དང་གྲོང་བརྒྱས་ཁྱེད་འདུག ཁོས་ཀྱང་དེ་ཅུ་ཁང་བ་ཞིག་ཉོས་ཏེ་གཞིས་སྤྱོད་བྱས། གནས་དེ་ཅུ་ཚོང་ལས་གཉེར་ནས་ལོ་ཕྱེད་ཅས་འགོར་བ་ན་ཁོ་རང་སྤྱིང་ལས་སྟག་པའི་འབྲོར་ཕྱུག་ཅན་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཏེ་ཀུན་གྱིས་ཁོ་ལ་ཚོང་དཔོན་ཞེས་འབོད།

ནམ་ཞིག་ལུལ་ཕྱོགས་དེ་གའི་རྒྱལ་པོའི་སྤྱིང་ནོར་མོ་གཉིས་འདྲེ་གདོན་ཞིག་གིས་བཟུང་བས། རྒྱལ་པོས་རང་གི་ཕུ་དང་ཕུ་མོ་གཉིས་སྟོབ་ཐུབ་མཁན་གྱི་མི་སྒྲ་ཡོད་ན་དེར་རང་གི་སྤྱིང་ནོར་མོ་རྒྱུན་ཆོག་ལ་རང་ཉིད་ཆོ་ལས་འདས་ཆེས་རྒྱལ་པོའི་རང་གི་མག་པར་སྟོད་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་པའི་གཏམ་ཞིག་ས་དའི་གང་

སར་ཁྱབ་ཀྱིན་པ་ཚེ་དཔོན་གྱིས་ཀྱང་གོ་སོང་། ཚེ་དཔོན་རྒྱལ་པོའི་མོ་བའ་དུ་སོང་ཞེ་རྒྱལ་པོར་རང་
 ཉིད་ཚོན་ཆད་ལྷག་ཅི་ཞིག་ཡིན་པ་དང་ཐོགས་མེད་ཁེར་རྒྱུ་དང་འཚོ་བ་སྦྱེལ་བའི་གཏམ་རྒྱུད་མཐའ་
 དག་བཤད་དེ་མཐར་ཁོ་སྦྱོར་བུ་འཕྲོ་རྒྱ་བྱས། རྒྱལ་པོས་ཁོ་ལ་དམག་དཔུང་སོགས་ཀྱིས་དཔུང་རོགས་བྱ་
 དགོས་པར་དམག་ལ་བཀའ་ཕབ་ནས་དཔུང་ལྷག་ཅིས་རྒྱལ་པོའི་སྲས་དང་སྲས་མོ་གཉིས་ཀྱི་ཚྭགས་ཀ་སོགས་
 སྲིས་ཅིས་གཅིག་པུར་ཚོན་གྱི་ཅི་རྟ་ཞོན་ནས་མདའ་གཞུ་སོགས་ཁྱེད་ཉེ་ཚོན་ལ་སོང་། འོན་ཀྱང་རྒྱལ་པོ་
 ལྷག་ཅི་དེར་ཡིད་མ་ཆེས་པས་གསང་བའི་སྒོ་ནས་དམག་དཔུང་ལ་ཅེས་འདེད་དུ་བཅུག

ཉིན་མོར་ལམ་དུ་ཆས་ཤིང་མཚན་མོར་སྐར་བརྒྱབ་ནས་བཟང་། ལྷག་ཅི་སྐར་ནད་དུ་སྤྱོད་སྐབས་དམག་
 དཔོན་གྱིས་དམག་མི་ཞིག་མངགས་ཏེ་ཁོས་ཅི་བཤད་པར་སྒྲིག་ཉན་བྱེད་དུ་བཅུག ལྷག་ཅི་དེའི་སྒོ་རིག་
 བྱང་པོ་ཡིན་པས་རང་ཉིད་ལ་དམག་གིས་སྒྲིག་ཉན་བྱེད་པ་ཚོར་ཏེ། སྒྲིག་ཉན་པ་དེའི་གོ་སར་རྒྱལ་པོའི་
 སྲས་ཀྱི་སྐུ་མདོག་ལྗང་ཁྱེད་དང་དཀར་པོ་འདྲེས་མ་ཞིག་དང་སྲས་མོའི་ཚྭགས་ཀ་དང་གཟུགས་བྱང་དཀར་
 ཁོང་སྒྲིབ་པ་སྲ་བ་ཞིག་ཡིན་ཚུལ་བཤད་པ་ཅི་བཞིན་སྒྲིག་ཉན་པ་དེས་དམག་དཔོན་ལ་བཤད། བྱི་ཉིན་
 ལྷག་ཅི་ཚོན་ལ་སོང་བ་དང་དམག་དཔོན་འཁོར་བཅས་ཅེས་ནས་ཡོང་སྐབས་ལམ་བར་དུ་བྱང་བྱང་ཞིག་
 དང་སྲལ་བ་ཞིག་མཐོང་སྟེ་མདུང་དགོང་ལྷག་ཅིས་བཤད་པའི་བྱང་ཚས་ལྟར་ན་འདི་གཉིས་ལས་མི་འདུག་
 པས་འདི་གཉིས་ནི་རྒྱལ་པོའི་སྲས་སྲས་མོ་ཡིན་རྒྱུ་རེད་ཅེས་བཤད། དམག་གིས་དེ་གཉིས་བཟུང་ནས་ཕྱིར་
 རྒྱལ་པོར་ལོག

ལྷག་ཅི་གཡང་གཟར་ཅན་གྱི་བྲག་རི་ཆེན་པོ་བདུན་བརྒྱུད་དེ་མཐར་གཏོན་འདྲེའི་ཡུལ་དུ་ཐོན། ལུལ་
 དེའི་ནམ་མཁའ་ལ་སྤྱིན་ནག་འཁྱིགས་ཤིང་ཉི་འོད་ཅུང་ཅམ་ཡང་འཕྲོས་རྒྱ་མེད་པའི་མཚན་མོ་ལྷ་བྱ་ཞིག་
 ཡིན་ཞིང་གཏོན་འདྲེ་དེའང་དེ་འདྲའི་བྲག་ཁྱེད་ཞིག་དུ་བཟང་ཡོད། དེ་ནས་ཁོས་བྲག་ལྷག་དེ་དང་རྒྱང་
 རིང་བའི་སྤྱོད་ཀྱན་ཞིག་གི་འོག་དུ་ཅི་རྟ་ནག་པོ་བཏགས་ནས་ཁོས་མདའ་གཞུ་ཁྱེད་ཞིག་རིང་བཏགས་
 ཏེ་སྤོབས་སེམས་དང་བཅས་བྲག་ལྷག་དུ་སོང་། བྲག་ལྷག་དུ་ཐོན་དུས་བྲག་ལྷག་སྒོ་འགྲམ་དུ་མི་དང་སྟོག་
 ཆགས་རྩ་ཚྭགས་ཀྱི་ཀེང་རུས་སྤངས་འདུག་པ་མཐོང་འཕྲལ་ཁོ་ལ་འཛིགས་སྤང་ཅུང་ཟད་སྟེ། འོན་ཀྱང་
 ཁོས་བསམ་པར་ལམ་ཐག་འདི་འདྲ་ཞིག་བརྒྱུད་དེ་འདིར་ཐོན་དུས་ཕྱིར་སྟོགས་ན་ཆེས་ཐབས་རྟགས་ཀྱི་
 བྱ་བ་དང་ད་དུང་རྒྱལ་པོའི་སྲས་དང་སྲས་མོ་གཉིས་ཀྱང་སྦྱོབ་དགོས་བསམ་སྟེ། འཛིགས་སྟག་དེ་ཡང་

སྒྲོབས་པ་དང་སྒྲིང་སྒྲོབས་རྒྱས་པའི་རྒྱ་ཏུ་ཐུར་ཏེ་བྲག་ལྷག་གི་ལྷག་ཏུ་ཐོན་དུས་ཡང་བྲག་ལྷག་གཞན་ཞིག་
གི་སྒྲིང་ཐོན་པ་དང་དེའི་ནང་དུ་འཇོག་པོ་ཆེ་སྒྲ་ཚོགས་དང་གསེར་དབུལ་མང་པོ་སྤྲངས་ཡོད་པ་མཐོང་། ཁོའི་
བསམ་པར་འཇོག་པོ་ཆེ་འདི་དག་ཁྲིར་ནས་ཕྱིར་ལོག་སྒྲེ་ས་ཆ་དེའི་རྒྱལ་བོའི་སྒྲོབས་འབྱོར་ལས་ཀྱང་མངའ་
ཐང་རྒྱས་པར་བསམ་མོད། ཁྲུལ་དང་ངོ་ཆ་ཐོན་པའི་ལྷག་རྩིས་ཐུར་བཞིན་རྒྱལ་བོའི་སྤྲུལ་སྤྲུལ་མོ་གཉིས་
སྒྲོབ་པའི་ཆོད་སེམས་དེ་མ་ཡལ་བར་བྲག་ལྷག་གཞན་དག་ཏུ་བཅུལ། བྲག་ལྷག་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་ལ་ལ་
ལའི་ནང་དུ་སྤྲོག་ཆགས་འདྲ་མེན་གྱི་པགས་པས་གང་འདུག ཡང་ལ་ལའི་ནང་དུ་མ་རོ་མང་པོ་སྤྲངས་
ཤིང་དྲི་དན་འབྲུལ་བ་སོགས་ཀྱི་དང་རྒྱལ་མང་པོ་མཐོང་། ཆེས་མཐའ་མའི་བྲག་ལྷག་ཏུ་རྒྱལ་བོའི་སྤྲུལ་མོ་
ཡོད་ལ། སྤྲུལ་མོ་ན་མེད། འདྲེ་གདོན་འདི་ཡུལ་གཞན་དུ་སོང་སྟེ་ཉིན་འགའ་འགོར་རྒྱ་ཡིན་པ་དང་ཁྲིད་
དང་སྒྲོབ་ཏུ་ཡོང་བ་ཡིན་ན་ཐོག་མར་དའི་ཕུ་པོ་སྒྲོབ་དགོས་ཞེས་བཤད་པ་ན། ལྷག་རྩིས་ཡིན་ཞེས་མགོ་སྒྲིག་
ཞེས་བཞིན་བཤད་རྒྱུ་། ཁྲིད་ཀྱིས་ཁྲིད་ཀྱི་ཕུ་པོ་གང་དུ་ཡོད་པ་ཤེས་སམ་ཞེས་དྲིས་པས། སྤྲུལ་མོས་བཤད་
རྒྱུ་། དའི་ཕུ་པོ་བྲག་ལྷག་འདིའི་སྤྲུལ་རྒྱལ་གྱི་ལས་ཁའི་དོང་རྒྱ་ཞིག་གི་ནང་དུ་ཡོད་པ་དང་དེར་འཕྲོན་
དེས་པར་དུ་གདོན་འདྲེ་དེའི་སྤྲུལ་མགོའི་དོ་རིལ་དེ་ཁྲིར་ན་ད་གཟོད་ལས་ཁའི་གདོན་ལྷག་སོགས་ལས་
རྒྱལ་རྒྱལ་བཤད་པ་ཟེར་ལྷག་རྩིས་བསྐྱབས་ཏེ་དོང་རྒྱའི་ཁར་ཐོན། དོང་རྒྱའི་ནང་དུ་རྒྱ་མེད་པ་ཤེས་ནས་
ནང་དུ་ཐིང་སྟེ་དབང་པོ་ཤོར་བའི་རྒྱལ་སྤྲུལ་དོང་ཁར་བསྐྱབས་ཏེ་རྒྱ་དང་ཟ་མ་བྱིན་པས་རྣམ་རིག་དངས་
པར་ཐུར། ལྷག་རྩིས་དང་རྒྱལ་སྤྲུལ་གཉིས་ཐུར་བར་སྤྲུལ་མོའི་གམ་དུ་སོང་སྟེ་ཁོ་ཆོ་མཉམ་འཇོམས་བྱུང་རྩིས་
ཐེལ་འཕྲུལ་གྱིས་བྲག་ལྷག་གི་སྒྲིང་ཐོན་དུས་སྤྲུལ་མོས་མཐུན་གྱི་རི་འདབས་ནས་གདོན་འདྲེ་ཡོང་བ་མཐོང་
སྟེ་འཛབ་འཕྲུལ་དང་ཁོ་གཉིས་ལ་བཅད་བརྒྱབས། ལྷག་རྩིས་ཐུར་དུ་མདའ་གཞུ་རྒྱལ་སྤྲུལ་གྱི་ལག་ཏུ་བཞག་
ཏེ་དས་འདྲེ་གདོན་གྱི་མཐུན་ནས་སྤོལ། ཁྲིད་ཀྱིས་གོ་སྐབས་ཤིག་བཅུལ་ཏེ་གདོན་འདྲེའི་མགོར་མདས་
བརྒྱལ་ན་ད་གཟོད་ཆར་གཙོད་བྱེད་ཐུབ་ཅེས་བཤད། ཁོས་གྱི་རིང་དེ་ལག་པས་བསྐྱར་སྤོལ་ཞིག་བྱས་ཏེ་
མཐུན་དུ་བརྒྱལ། གདོན་འདྲེ་དེ་ནི་གཞུགས་པོང་ཆེ་ལ། ལུས་ཡོངས་ནས་དྲི་དན་འབྲུལ་ཞིང་ལུས་ཀྱི་ཆ་
ཤས་རེར་རུས་པ་མ་གཏོགས་མེད་པ་དང་ངོ་མདོག་དཀར་ལ་མཆེ་བ་རིང་བ། མེན་མོ་སོགས་ཀྱང་གཅན་
གཅན་གྱི་ཐེར་མོ་བཞིན་རྣེ་ལ་རིང་བའི་རྒྱགས་ཀ་རེ་འདི་ལྷག་རྩིས་མཐོང་འཕྲུལ་འདི་ལས་རྒྱལ་བའི་
རུས་པ་མེ་ཡོད་སྟུང་བཞིན་རང་ལའང་ཡིད་ཆེས་མེད་པ་ཞིག་ཏུ་ཐུར། འོན་ཀྱང་རྒྱལ་བོ་ལྷགས་ནས་སྤྲུལ་མོ་

དང་རྒྱལ་ཕྱུག་གཉིས་ཀྱིས་རང་ལ་བརྟམ་ཡོད་པས་ཕྱི་བཞོལ་བྱས་ན་རྗེས་ནས་ཕྱས་མིའི་མག་པ་འི་རྟར་
 བྱེད་སྒྱུ་སྒྲེ་ཐད་ཀར་གྱི་རིང་གནམ་ལ་འཕྱར་ནས་བརྒྱག་པ་ན་གདོན་འདྲེའི་བསམ་པར་དེ་རིང་མ་
 གཏོགས་ཚུར་ཚོལ་བྱེད་མཁན་ཞིག་མཐོང་མ་ཅུང་། རྩོན་ཆད་ངས་པར་བདའ་བ་དང་སྐོལ་བ་ཡིན་སྒྱུ་
 བཞིན་པར་བརྒྱག་པ་དང་ལག་པ་གཉིས་ཀྱིས་ལྷག་རྒྱུ་རྒྱུ་ཞིའི་གྱི་ཁར་འཐམ། གདོན་འདྲེ་དང་བརྒྱར་ན་ལྷག་རྒྱུ་
 བེ་ཉམ་ཆུང་གོག་མ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལས་མེད་པས་དེ་མ་ཐག་གདོན་འདྲེས་ལྷག་རྒྱུ་དང་གྱི་རིང་ལྟན་དུ་པར་ལ་
 གཡུགས། དེ་ནས་མཆེ་བ་གཅིགས་ཏེ་ལྷག་རྒྱུ་ཞིའི་མགོར་མཚངས་སྐབས་སྒོ་བྱར་དུ་མདའ་མོ་ཞིག་གིས་
 གདོན་འདྲེ་དེར་ཕྱིར་བརྟམ་གྱིག་ཀྱང་བྱེད་ཁོམ་མེད་པར་མགོ་སྒྱག་ནས་ཐོད་པའི་བར་ལྷག་སྒྲེ་ཐང་ལ་
 འབྱེལ། འདྲེ་གདོན་གྱི་དབྱགས་འགག་པ་དང་མཉམ་དུ་མཐའ་བཞིའི་ཁོར་ལྷག་ལ་འོད་སྒྲུང་འཕྲོས་ཏེ་
 ལྷན་པས་གཡོགས་པའི་ས་གཞི་ཡང་ཉིན་མཚན་གྱི་དབྱེ་བ་དགར་རྒྱ་ཡོད་པ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཅིང་ཁོ་ཚོ་ཡང་
 ཕྱིར་རྒྱལ་སར་ལོག་གོ།

ཆས་ཇི་རྒྱལ་བ་བཟང་བོ་དང་གཞི་བདག་སྐྱེན་ཅེ་བར་གྱི་མཆོད་ཡོན་གྱི་

སྐྱེར་བྱང་ཅམ་བཞུང་བ།

སྐྱེ་བཟང་དགེ་འདུན། །མགོ་ལོག།

[ནང་དོན་གནད་བསྟུན།] འདིའི་ནང་དུ་གཙོ་བོ་ཆས་ཇི་རྒྱལ་བ་བཟང་བོ་དང་གཞི་བདག་བཞག་ར་སྐྱེན་ཅེའི་
བར་དུ་མཆོད་ཡོན་གྱི་འབྲེལ་བ་ཇི་སྐྱེར་བྱང་བའི་ཚུལ་དང་། ཇ་ལ་ཟེ་བའི་མེར་འགོག་གི་གནས་བབས་སོགས་
རགས་ཅམ་བཞུང་ཡོད།

སྒྲིང་གཞི།

གོང་གི་སྒྲིམ་ཆེན་དམ་པ་འདི་ཡི་མཛད་རྣམ་གྱི་གོ་རིམ་དེ་དག་ལས་ང་ཆོས་ངེས་པར་དུ་ཤེས་དགོས་
པ་ནི། ཁོང་གིས་གཞི་བདག་དེ་ཉིད་དགེ་བའི་ཚུགས་སུ་བསྐྱེལ་བ་འདི་ཡིས་གཞི་བདག་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད་
མེད་ལ་ཐེ་ཆོས་ཟ་བའི་གནས་མིན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་ཤེས་དགོས་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་གཙོ་བོ་ཞིག་ཡིན་པར་སྙམ།
ཁྱད་མཆར་བའི་མཛད་ཇེས་དེ་ཡི་སྒྲོང་ནས་གཞན་པས་གྱི་འགྲོ་དོན་གཙོ་བོར་བསྐྱེན་ཡོད་པར་མ་ཟད།
འགྲོ་བ་ཡོད་དོ་ཅོག་ལ་ཐུགས་བརྩེ་བའི་ཇེས་འཛིན་བྱེད་པ་སོགས་ལས་གསལ་བོར་མངོན་འདུག ཁོང་
གིས་གཞི་བདག་སྐྱེན་ཅེའི་སྐྱེ་སྐྱེས་འཁོར་གཡོག་དང་བཅས་པའི་ལུས་ཀྱི་ན་ཟུག་སེལ་བ་དང་གཞི་བདག་
དེ་ཉིད་ལ་མཆོད་ཡོན་གྱི་འབྲེལ་བ་བཟང་ནས་ནག་ཚོགས་ཀྱི་གཞི་བདག་དེ་ཉིད་དཀར་ཚོགས་སྐྱོང་བའི་
གཞི་བདག་ལ་བཀོད་པ་དག་ལས་རྟོགས་ནུས་ལ། དེས་མཆོན་པའི་ང་ཆོའི་མཐའ་འཁོར་དུ་ཡོད་པའི་རི་
ཆུ་ནགས་སོགས་ལ་ང་ཆོ་ལས་གཞན་པའི་ད་དུང་བདག་པོ་རྩ་སྐྱ་སོགས་ཡོད་པར་ཤེས་དགོས་ལ། རང་
བྱང་ཁམས་ལ་འབྲེལ་འདྲིས་བྱེད་པ་ནི་ཐོན་བྱང་མེས་པོ་ཀུན་གྱི་རྣམ་དཔྱད་ལས་འཕྲོས་པའི་གདོད་མའི་
འགྲོ་བ་མའི་རིགས་ཀྱི་ཐུན་མིན་གྱི་ཁྱད་ཆོས་ཤིག་ཅི་ལ་མིན། མདོ་དབུས་ཁམས་གསུམ་གྱི་སྐྱེན་ཆ་ཡོངས་
ཀྱིས་མཁྱིན་བརྒྱ་དབངས་གཅིག་ཏུ་ཡུལ་ཚུགས་རེ་ན་སྟེ་དང་ལུང་བ་རེ་ལ་རྒྱ་རེ་ཟེར་བ་ནི་དོན་ལ་གནས་
པའི་བདེན་ཆོག་ཅིག་ཏུ་འཁུམས་སོ།

ཉེན་ཞིག་ཁོང་གི་སྐྱབ་གནས་ཉེ་འགྲམ་གྱི་ཕ་ཤོང་ཆེན་པོ་དེའི་གམ་དུ་སྐྱེ་མི་མཐུང་དམར་ཅན་ཞིག་
 མོ་བྱར་དུ་ཐོན་ནས་མཐུང་རྟིང་གིས་ཕ་ཤོང་དཀར་པོ་དུང་ལྷ་བུ་དེ་ཡི་ཐོག་ལ་ལན་གསུམ་བརྟུངས་ཆེས་
 གྲུ། ཞབས་ནས་མི་ནག་པོ་འཛིགས་སུ་བྱང་བ་ཞིག་ཕ་ཤོང་ལས་ཕྱིར་སླེབས་བྱུང་། དེ་གཉིས་གྱིས་ཕན་ཚུན་
 ལ་ཚིག་འགའ་བཤད་ནས་གཉིས་ཀ་གར་སོང་ཆེད་དུ་བྱུར། བྱན་ཕོལ་ཆེས་ཐོན་མའི་སྐྱེ་མི་མཐུང་དམར་
 ཅན་དེ་ཡོང་སའི་སྐྱབ་གནས་རྩར་གྱི་ཕ་ཤོང་དཀར་པོ་དེར་ཕེབས་ནས་ལྷག་གིས་མཚན་མར་བཅིངས་པའི་
 རྩོམ་ཕ་ཤོང་ལ་བརྟུངས་པས་མི་ནག་གནས་བདག་དེ་སྐར་ཡང་ཕ་ཤོང་ལས་ཐོན་བྱུང་། ཁོང་གིས་མི་
 ནག་པོ་དེ་ལ་ཁྱོད་སུ་ཡིན། སྐྱེ་མི་མཐུང་དམར་ཅན་དེས་ཅི་ཞིག་བཤད་སོང་ཞེས་དྲིས། མི་ནག་དེས་ང་ནི་
 གཞི་བདག་བཞག་ར་སྐྱན་ཆེའི་འཁོར་རྒྱུས་ལས་དམ་ཅན་མི་ནག་མགར་བ་ཞེས་འཛོད་པ་དེ་ཡིན་ལ།
 ཐོན་མའི་སྐྱེ་མི་མཐུང་དམར་ཅན་དེ་གཞི་བདག་སྐྱན་ཆེའི་འཁོར་ཞིག་ཡིན་ལ། ཁོར་ང་ཡོང་དོན་ནི་ཉིན་
 བདུན་གྱི་ཆེས་སྐྱེ་མ་ལ་ཐེ་བར་མེར་བ་པས་དགོས་པས། ང་ལ་རྩོད་ངར་དང་འཛོམས་པའི་ཐོག་ཆས་འགའ་
 བརྟུང་དགོས་ཞེས་བཀའ་སློག་ཏུ་ཡོང་བ་རེད་ཅེས་བཤད། ད་དུང་ཐོག་ཆས་འདི་འདྲ་ཞིག་ག་སྒྲིག་བྱེད་
 དོན་ནི་ཡུལ་ཐེ་དེའི་ལོ་ལེགས་ལ་བར་ཆེད་བྱེད་པའི་ཆེད་དང་། ད་ལོ་ཐེ་བའི་ནང་དུ་མེར་འགོག་ཅིག་བཞག་
 ཡོད་ཚུལ་ཐོགས་རྒྱས་པར་ཞས་ཆེས་སུ་དམ་ཅན་མི་ནག་མགར་བ་དེ་ཕྱིར་ཕ་ཤོང་ལ་འཇའ་ལྷར་ཡལ་

སོང་། ལྷ་མས་ཐེ་བའི་ཡི་མེར་འགོག་ཐུགས་འཆང་དེ་ལ་ཉིན་བདུན་གྱི་རྩིས་སུ་རྩ་ལ་ཐེ་བར་གཞི་བདག་
སྤྲུལ་ཅེས་མེར་བ་པའས་རྒྱ་ཡིན་པས་ཉིན་དེར་ཁྱོད་ཀྱིས་མེར་བ་འགོག་སའི་ཁང་བཅུགས་གྱི་སྐྱས་མགོ་ལ་
ཁྱོད་ཀྱི་གྲོན་ཆས་འགའ་བསྐྱོན་ཏེ་གཡམས་གཡམ་དང་མདུན་རྒྱབ་ལ་མེར་འགོག་གི་ཕྱག་ཆས་རྩ་བུ་དང་།
རྒྱང་བྲ། རྩོམ་མེགས་བཞག་སྟེ། ཞག་བདུན་པའི་ཉིན་དེར་མེར་བ་དྲག་པོ་འབབ་སྐབས་ཁྱོད་མཆོད་
ཁང་ནང་གི་བཀའ་བསྐྱར་རྩེ་བཅར་ནས་ཐོད་དང་། མེར་བའི་ཤུགས་རྩེ་རྒྱ་འགོ་བའི་དུས་དེར་ཁྱོད་
ཕྱིར་བྱུང་དེ་ནས་པ་གང་ཡོད་ཀྱིས་མཐུ་བྱས་ཞེས་བཤད། ཉིན་བདུན་པའི་ཕྱི་ཚེའི་ཆ་ལ་ཐེ་བ་དེར་སྒོ་བྱར་
དུ་སྤྱོན་ནག་གིས་གནམ་ས་གང་། འབྲུག་རྒྱ་ཡིས་ས་སྟེང་བྲབ། སྒོག་དམར་གྱིས་མིག་མདངས་བསྟེགས། མོག་
མེར་གྱིས་ས་ཆེན་འགྲལ་ལ་ཁང་བྱས་ཏེ་དྲག་ཆར་རྒྱན་མི་ཆད་པར་བབས། དུས་དེར་ལྷ་མས་གསུངས་པ་
ནང་བཞིན་ཐུགས་འཆང་མེར་འགོག་གིས་ཡུང་ཀར་ཐུགས་མ་བྱིན་ཅན་མཁའ་ལ་གཏོར་བས་དེ་མ་ཐག་
མེར་བ་ཡང་ཞེ་སོང་། དེའི་ཕྱི་ཉིན་རྒྱལ་བ་བཟང་བཞུགས་སའི་གནས་གྱི་རྒྱབ་ཕྱག་སྟོར། རུར་གྱི་རྒྱ་མི་
དེས་གཡུ་འབྲུག་ཅིག་བྲིད་ནས་ཁོང་ཆང་གི་མདུན་ལ་བསྐྱེབས་སོང་། དེ་ནས་རྒྱ་མི་དེས་ལྷ་མ་འགས་ང་
ནི་གཞི་བདག་སྤྲུལ་ཅེས་ཁྱོད་ཆང་མེབས་བསུ་བྱེད་དུ་མངགས་པ་ཡིན་ལ། ཁ་སང་བེད་ཅག་གིས་ཡུལ་དེར་
མེར་བ་པའས་སྐབས་སྐྱ་སྐས་སྤྲུལ་པ་དོན་གྲུབ་གྱི་མིག་ནང་དུ་ཡུང་ཀར་ཕོག་སྟེ་ན་རྒྱག་བཟོད་ཐབས་མེད་
པས་གནས་སུ་གྱུར་འདུག་པས། ཁྱོད་མེབས་ནས་སྐྱ་སྐས་གྱི་མིག་ནང་གི་ཡུང་ཀར་གྱི་ཕྱི་ཕྱི་རུལ་ལྷ་མོ་དག་
སེལ་དགོས་པར་མ་ཟད། འཁོར་གཞན་འགའ་ལའང་རྩས་སྒྲོན་ཕོག་ཡོད་པས་གཞི་བདག་སྤྲུལ་ཅེས་ཁྱོད་
རང་གདན་འདྲེན་ཞུ་བར་མངགས་པ་ཡིན་ཞེས་བཤད། དེ་ནས་ཁོང་གིས་ཞལ་བཞེས་གནང་སྟེ་རྩེ་རྒྱ་འགོ་
ཆེན་པོས་གཡུ་འབྲུག་རྩལ་ཐུན་ལ་བཅིབས་ཏེ་གཞི་བདག་སྤྲུལ་ཅེའི་ཕོ་བྲང་དུ་བྱོན་སོང་། གཞི་བདག་གི་
ཕོ་བྲང་ལ་འབྱོར་མ་ཐག་ཁོང་གིས་གཞི་བདག་ལ་གལ་སྟོད་ཁྱོད་ཀྱིས་སྐྱ་སྐས་བར་ཆད་འདི་ལས་སེལ་དགོས་
ན་ང་ལ་ཆ་རྒྱུན་ཞིག་ངེས་པར་དུ་ཁས་ལེན་དགོས། དེ་ནི་རྩིས་ཕྱོགས་ཁྱོད་ཀྱིས་ཁོང་སྟེའི་འབངས་མི་མེར་
གྱི་ཕོ་ལེགས་ལ་མེར་དྲག་གིས་གནོད་པ་མི་གཏོང་བ་དང་། རྩིས་སུ་ཁྱོད་རང་དཀར་ཕྱོགས་སྒྲོང་ཁོང་དགེ་
བའི་བྱ་བ་ལ་ཁ་འཛིན་དང་གཏོང་ཕྱོགས་བྱེད་མཐའ་གྱི་གཞི་བདག་མཐུ་རྩལ་ཅན་ཞིག་བྱེད་དགོས་ཞེས་
བཤད། གཞི་བདག་གིས་ལྷ་མ་ལ་ཁྱོད་ཀྱིས་ངའི་སྐྱ་སྐས་དང་འཁོར་རྩམས་རྒྱུན་ངན་འདི་ལས་སེལ་གྱུ་བ་
སོང་ན་ཁྱོད་ཀྱིས་ཅི་གསུང་བ་ནང་བཞིན་ངས་བསྐྱབ་ངེས་ཡིན་ཞེས་ལྷ་མར་སྐར་ཞུ་བས་མ་ཐག་ ཁོང་

གིས་རྒྱུ་ཅིག་ཉིད་ལ་དཀའ་ཆོག་མེད་པར་རྒྱུ་སྤྲུལ་འཁོར་གཡོག་དང་བཅས་པའི་ན་རྒྱལ་ཡོད་ཆོད་རྒྱུར་
 དུ་མེལ་བས་གཞི་བདག་བཞག་ར་སྤྲུལ་ཅེ་དང་རྒྱུ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་པ་དོན་གྱིས་གཉིས་ཀྱིས་གཙོས་བཀའ་སྤྲོད་
 མང་པོས་མཆོད་ཡོན་ཟབ་མོའི་འབྲེལ་བ་འདི་ནས་བརྒྱུད་བར་མ་ཟད། བཀའ་བསྐྱོད་པ་ཐམས་ཅད་ནམ་
 ཡང་མི་འདོར་བའི་གཡུར་དམ་ལུལ། ཁོང་ཉིད་གཞི་བདག་སྤྲུལ་ཅེའི་ཕོ་བྲང་ཕྱི་ནང་གི་བང་མཛོད་རྣམས་
 གཟིགས་མོར་ལུལ་ཆེ་གཞི་བདག་དེ་ལ་བསང་མཆོད་བྱེད་མཁན་དེ་འདྲ་མེད་པས་མཛོད་ཁང་ལལ་ཆེར་
 ལྷོང་བར་གྱུར་འདུག དེ་རྗེས་སྤྲུལ་གཞི་བདག་འཁོར་དང་བཅས་པ་དཀའ་ཕྱོགས་སུ་བཀོད་པས་རིམ་
 གྱིས་བསང་མཆོད་བྱེད་མཁན་རྗེ་མང་དུ་སོང་སྟེ་བང་མཛོད་འབྲུ་རིགས་ཀྱིས་གཏམས་པར་གྱུར། དེ་ནས་
 ཁོང་ལ་རྒྱུ་སྤྲུལ་གྱི་རྒྱུ་དཔྱད་མེལ་བས་བཀའ་དྲིན་འཇལ་ཐབས་སུ་ཐོང་ཞོམ་དང་འབྲུ་རྒྱུ་དུ་འབྲུ་རིགས་
 འབྲུལ་བར་ཁས་སྤངས་ཏེ་ཕེབས་སྟེལ་གཟབ་རྒྱས་བྱས། དེ་ནས་ཆོས་རྗེ་རྒྱལ་བ་བཟང་པོ་དང་གཞི་བདག་
 བཞག་ར་སྤྲུལ་ཅེ་གཉིས་མཆོད་ཡོན་གྱི་འབྲེལ་བ་ཟབ་མོ་ཆགས་པས་གཞི་བདག་སྤྲུལ་ཅེ་ཞེས་པ་དུས་དེ་
 ནས་བརྒྱུད་དཀའ་ཕྱོགས་སྤྱིར་བའི་གཞི་བདག་མཐུ་ཅུལ་ལྷན་པ་ཞིག་དུ་གྱུར་ཏོ། །

བཅར་འདྲི་མཐུན། རྫོ་བཟང་དགེ་འདུན།

བཅར་འདྲི་བྱེད་མ། ཤེས་རབ་རྒྱ་མཚོ།

ས་གནས། ཤར་འཇམ་ཐང་།

དགའ་བདེའི་ཡུལ་གྱི་འདྲེ་སྒྲུང་ཚན་པ་གཉིས།

མགར་སྒོ་བཟང་སངས་རྒྱས། དགའ་བདེ།

སྒྲེང་གཞི།

དེར་སྐབས་ལྷ་འདྲེའི་སྒྲུང་ཚུལ་ལ་མི་མང་བོ་ཞིག་ཡིད་ཆེས་ཀྱི་མེད་མོད། འོན་ཀྱང་ལྷ་གནས་པ་ནི་
ང་ཚོའི་དག་སྒྲུན་ཙམ་ལ་བརྟེན་པ་མ་ཡིན་པར་ནང་བསྟན་ཆོས་གཞུང་གང་ཡིན་ཡང་ལྷ་ཡོད་པར་བདེན་
དཔང་བྱས་ཡོད་དེ། རིགས་དྲུག་གི་ནང་ཚན་དུ་གྱུར་བའི་བདེ་འགྲོ་གསུམ་གྱི་ཡ་གྲུལ་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་
འདྲེ་ཡོད་པར་ཐེ་ཆོམ་མི་དགོས་ཏེ་ལྷ་ཡོད་ཆོག་ན་འདྲེ་ཡོད་ཅི་ལ་མི་ཆོག་ཕྱི་རོལ་དཔལ་ལྷ་ནི་འདྲེའི་གཉེན་
པོར་ངོས་འཛིན་བཞིན་པ་ནི་ནོར་འཁྲུལ་རྒྱུང་རྒྱུང་ག་ལ་ཡིན། དེ་བས་རང་ཉིད་ཀྱིས་མ་མཐོང་བ་ཙམ་
གྱིས་མེད་པར་ངོས་འཛིན་པ་ནི་དགོད་བོ་བ་ཞིག་མ་ཡིན་ནམ། ལོ་ངོ་ལྔ་བརྒྱ་ནས་དྲུག་ཅུའི་གོང་རོལ་དུ་
འདྲེ་མཐོང་མཁན་དངོས་སུ་ཡོད་དེ། ད་ལྟའང་ཁོ་ཚོར་ཞིབ་ཅིང་སྤྲ་བར་གསུང་རྒྱུ་ཡོད་པ་དོན་དངོས་སུ་
འདུག དེས་ན་གཤམ་ནས་བདག་གིས་སྤྱི་ཚོགས་གསར་སྤིང་གི་བར་སྐབས་ནས་འཆར་ལོངས་བྱུང་བའི་
ཀན་པོ་ཞིག་ལ་བཅར་འདྲི་བྱས་ཏེ་ཁོས་མཐོང་བའི་འདྲེའི་སྐོར་གྱི་གནས་ཚུལ་དེ་དག་ལ་རོལ་སྤྱོད་བྱ།

དང་པོ་འདྲེ་གཡལ།

ཁོས་བཤད་རྒྱུར། ང་རང་ལོ་ན་བརྒྱད་ཡས་མས་སུ་ངེད་ཆང་དང་གཞན་པའི་ཅ་སྐོར་འགའ་ཞིག་ད་
ལྷ་མགོ་ལོག་དགའ་བདེའི་ཁོངས་གཏོགས་ཁྱི་འབྲེ་ཡུལ་ཚོའི་ས་ཆའི་སྒང་སེར་ལུང་བ་ཅུ་གཞིས་ཆགས་
ཡོད་དེ། དེ་དུས་ད་ལྷ་དང་མི་མཚུངས་པར་སྤྱོད་ནས་གི་འཛོལ་རྒྱུང་རྒྱུང་ལ་བརྟེན་ནས་ཆུ་འགའ་པའི་རྒྱེས་
ནས་ས་གཞན་ལ་གནས་སྤོར་བྱ་དགོས། ཐེངས་ཤིག་ལ་ས་དེ་ནས་ངེད་ཆང་གནས་སྤོར་བའི་དུས་སྤྱི་འདྲེའི་
སྒང་ཚུལ་རྒྱུ་ཆང་མེད་པར་མངོན་ཡོང་། ཉིན་དེའི་ཞོགས་པར་སྤྱི་རངས་ཆོས་མ་ཐག་ཏུ་བདག་ཅ་སྤོར་
བར་ཉ་ཅང་དགའ་སྒྲུང་ཡོད་པས། ཁོ་ཚོ་དང་མཉམ་དུ་ཡར་ལངས་པ་ཡིན། བྱིས་མི་དག་གིས་རི་སྤོར་བའི་
ལྷ་གོན་ལ་བྲེལ་བའི་སྐབས་དེར་སྤོར་དུ་ངའི་མིག་མདུན་དུ་སྤྱི་མི་མང་བོས་རྟའི་མིག་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱིས་
མདུན་བསུས་ནས་བརྒྱགས་ཡོང་ལ། སྐབས་དེར་ངས་བྱིས་མི་རྣམས་ལ་སྤྱི་མི་མང་བོ་ཐོན་ཐལ་ཞེས་བཤད་

པ་ན། དེ་དུས་རྒྱུན་ཇག་སྐྱེས་ཤིན་ཏུ་མང་བས་ཁོ་ཚོས་དེ་དག་རེད་སྐྱེས་ནས་ཁ་མ་གྲག་ཅེས་དངངས་
འཛུལ་དང་བཅས་ང་ལ་ཕྱིན་དམིགས་བྱས། རྒྱལ་བ་དེར་ངས་ཁོ་ཚོས་སྐྱེ་མེ་དེ་དག་མཐོང་གི་ཡོད་པར་སྐྱེས་
ནས་དེ་ལྟར་བཤད་པ་ཡིན་མོད། འོན་ཀྱང་མ་གཞི་ཁོ་ཚོས་དེ་དག་མ་མཐོང་བར་འདུག དེ་ནས་དེའི་གྲལ་
གྱི་གཡལ་དཀར་དཀར་ཞིག་དཀྱིལ་ནས་གཅིག་ཕར་གར་ཡོང་སྟེ་ཁོ་བོའི་ཚུགས་སུ་གོས་ཁ་སྒོད་ཀྱིན་འདུག
ངས་ཅི་ཡིན་མ་ཤེས་པར་བརྟམས་ནས་བསྐྱད་ཀྱང་།

གཡལ་དེ་སྒོ་བྱར་དུ་སྒྲུང་མེར་འོད་སྒྲིའི་ཚུགས་སུ་ཡུད་ཅམ་སོང་རྗེས་གར་སོང་ཆ་མེད་ཡིན་པར་མ་
ཟད། འགྲོས་ཤིན་ཏུ་རྒྱུར་བས་མིག་རྒྱུ་དབང་ཅམ་གྱི་ཡུན་ལས་མ་འདས། རི་སྐོག་སྒྱི་ཕག་ཏུ་ཐུབ་པ་མ་
ཡིན་པར་བརྟམས་བརྟམས་སུ་སྐྱུག་པར་འཐེམ་པ་ཇི་བཞིན་མཐོང་རྒྱ་མེད་པར་གྱུར། དེ་དུས་ངའི་སྒྲུང་ངོར་
འདྲེ་གཡལ་དེ་སྐྱུག་པའི་གསེབ་ཏུ་རྒྱུད་པའི་སྒྲུང་བ་ཞིག་འགོག་མེད་དུ་ཤར་བྱུང་། རྗེས་སུ་ཡང་དེའི་མཐའ་
འཁོར་ཀྱན་ཏུ་འདྲེས་གནོད་པ་ཐེབས་ཏེ་མི་མང་པོ་འཕུལ་ཏེ་དང་རྒྱངས་འཁོར་སྐྱེས་ཀྱིས་བསད་པ་ཡོད་
པར་སྒྲུང་ཞེས་བཤད།

གཉིས་པ། འདྲེ་མོ་གཅེར་བྲ།

གོང་དུ་ཁོང་གི་གཏམ་འགྲའ་ཤོག་ངོར་ཕབ་པ་ཡིན་ལ། རྗེས་སུ་ཡང་ཁོས་གདོན་འདྲེ་མང་པོ་མཐོང་
ཚུང་ཞེས་ང་ལ་ཁ་བཤད་མང་པོ་སྒྲོད་བྱུང་། ཉེན་ཞིག་ཁོང་ཚོང་བྱི་འབྲི་ས་ཆའི་ཁོངས་གཏོགས་ཁོ་ཚུ་འབབ་
སའི་ཁོ་གཤོང་དུ་གཞིས་ཆགས་བྱས་ཡོད་ལ། ས་དེར་སྒྲོན་ནས་གན་པོ་མང་པོས་འདྲེ་མངོན་སུམ་དུ་ཡོད་
ཅེས་མང་པོ་བཤད་ཚུང་བ་མ་ཟད། མི་མང་པོ་ཤི་སའི་དུར་ས་ཞིག་ཏུ་ངོས་འཛིན་བཞིན་ཡོད། ངས་དོན་
དག་དེར་ཁ་ཡ་ཅི་ཡང་མ་བྱས་པར་ས་དེ་ནས་སྐྱ་ཕུབ་སྟེ་གཞིས་བཅས་པ་ཡིན། དེའི་ཕྱིན་ཆད་འདྲེའི་སྒྲུང་
རྒྱལ་འགྲའ་དངོས་སུ་མིག་ལམ་དུ་ཤར་རྒྱུ་ཡོད་པ་མ་ཟད། མཚན་མོར་སྒྲོག་བཀར་འཛིན་མཁན་ཞིག་ཀྱི་
པ་རོལ་ནས་རྒྱལ་རོལ་ཏུ་རྒྱ་བཞིན་འདུག མིག་རྒྱུ་དབང་ཅམ་གྱིས་པ་རོལ་ནས་རྒྱལ་རོལ་ལ་ཡོང་ཐུབ་
པ་མ་ཟད། སྒོ་བྱར་དུ་གར་སོང་ཆ་མེད་དུ་གྱུར་འགོ། མཚན་མོ་ཞིག་ལ་འདྲེ་མོ་གཅེར་བྲ་ཞིག་མཐོང་བ་
དོན་དངོས་སུ་མཆིས་ཏེ། ཁོས་བཤད་རྒྱུར། ཉེན་དའི་དགོང་མོ་ཏེ་ལམ་ཆོས་ཉེར་གཅིག་ཉེར་གཉིས་ཤིག་
ཡིན་ལ། ཁོ་རང་ཉལ་ནས་བསྐྱད་པ་ན། དེ་དུས་ནོར་ལྷག་སྐྱེས་སྒྲུང་གིས་གསོད་ཉེན་ཆེ་བས་ཁོས་མཚམས་
རེར་མགོ་བོ་ཡར་དགྲེ་སྟེ་སྒྲིའི་ཕྱི་ཕྱོད་རྒྱ་རྒྱུགས་བྱེད་དགོས། རྒྱལ་བ་དེར་སྐྱ་ནད་གི་མོ་བྱིས་སའི་དུག་བར་ན་

མི་གཅེར་བྱ་ཞིག་ཅོག་ཅོག་བྱས་ཏེ་བྱས་མོ་མ་ནེར་སྐྱན་ནས་ཡར་ལ་བཞུས་ནས་འདུག་པ་མཐོང་། དེ་དུས་
ངས་འདྲེ་མོ་གཅེར་བྱ་དེ་འཛིན་བསམ་ནས་ཤ་རྩེན་དུ་གྲང་ངར་ལ་མ་འཛོམ་པར་ཡར་ལང་བའི་སྐབས་
དེར་ངའི་ཡིད་ལ་སྒྲོན་ཆད་ཆུན་པ་ཆོས་བཤད་སྟོལ་ལྟར་ན་འདྲེ་མཐོང་དུས་མིག་དེབ་མི་ཉན། གལ་ཏེ་
མིག་བརྒྱབས་ན་འདྲེ་དེ་སྒྲོ་བྱར་དུ་གར་སོང་ཆ་མེད་དུ་སྐྱར་འགྲོ་ཞེས་པའི་གདམས་ངག་དེ་སེམས་ལ་ཤར་
བྱུང་། དེ་བས་ཁོས་མིག་སྒྲུང་ངར་གྱིར་ཏེ་འདྲེ་མོ་དང་ཐག་མི་རིང་བའི་མཚམས་ནས་ལག་སྟོབ་ཅིག་བྱས་
རྩིས། གཤགས་འགྲུལ་ཅི་ཡང་མེད་པར་ངའི་མིག་ལམ་ནས་གར་སོང་ཆ་མེད་དུ་སྐྱར། ཉུག་བར་དེ་ཅ་འོད་
ཁྲ་ལམ་ལམ་ཅམ་ལས་ཅི་ཡང་མི་འདུག ང་རང་ཕྱིར་མལ་སར་ཡོང་སྟེ་ཕྱིར་བཞུས་ཤིག་བྱས་དུས་ཉུག་
བར་དེ་སྒྲོང་སང་ངར་འདུག་ཅེས་བཤད། ལོང་དུ་འདྲེའི་སྒྲོར་གྱི་གནས་ཚུལ་གཉིས་ཅམ་བཞིང་པ་ཡོད་
ཆད་ཆུན་པོ་ཁོང་གི་གསུང་དངོས་སུ་ཤོག་ངོར་ཕབ་པ་ཡིན་པས། དེའི་ཁོད་དུ་སྒྲོ་འདོགས་དང་ཁྱད་བཞིང་
ཅི་ཡང་མེད་པ་མ་ཟད། འདྲེ་གདོན་དངོས་སུ་མཆིས་པའི་དན་རྟགས་གལ་ཆེན་ཞིག་དུ་དངོས་འཛིན་ཆོག་
ཆོག་ཡིན།

བཅར་འདྲི་བྱེད་ཀྱི་ལོ་གྲོ།

བཅར་འདྲིའི་དུས་ཚོད། 2015.6.9

བཅར་འདྲི་བྱེད་ལུལ། མགོ་ལོག་ཁུལ་གྱི་རི་དགོན་གྱི་ཉེ་འདབས།

འདྲེ་རྒྱུད་ཀྱི་དཀར་པོ།

ལྷ་ཡིག་མགོན་པོ་སྐུ་བས། རྩོམ་གྱི།

[ནང་དོན་གནད་བསྟན།] འདྲེ་རྒྱུད་འདི་ནི་ཕུ་བོར་སྒྲོབ་ཐོགས་ཤིག་གི་ཨ་ཕུས་བཤད་པའི་གནའ་བོའི་བཤད་
རྒྱུན་ཞིག་ཡིན།

གནའ་རྒྱུད་དངོས།

གནའ་ལྷ་མོར་ཐེ་བ་ཞིག་གི་ནང་དུ་མིང་ལ་ལྷ་རྒྱལ་དོན་གྲུབ་ཏུ་འབོད་པའི་མི་ཞིག་ཡོད། ལྷ་རྒྱལ་དོན་
གྲུབ་ཚད་ལ་སྒོ་ཚོག་ཏུང་ཏུང་ཙམ་ལས་མེད་ཀྱང་ཐེ་མི་ཚས་ཁོའི་མིང་ལ་འཕྱོར་ཆུན་སྐྱོད་ཅེས།

དབྱིང་ཀ་ཞིག་ལ་ཁོ་རང་སྤང་ཐང་དུ་སྒྲན་ཆུ་བཞོ་ཅུ་མོང་། ལམ་བར་དུ་རྟ་དཀར་པོ་ཞིག་ཁོང་ཚད་
གི་ཆུགས་རའི་ནང་དུ་ཡོད་པ་མཐོང་བས་ཡ་མཚར་སྒྲིལ་ཏེ་ཉེ་འགམ་དུ་མོང་། བསམ་ལུལ་ལས་འདས་པ་
ཞིག་ལ་རྟ་དཀར་པོ་དེ་ལ་མིའི་ལག་པ་ཡོད་པར་མ་ཟད་ཁ་ཡང་གྲག་ཤིས། ལྷ་རྒྱལ་གྱིས་མགྲོགས་པོར་ཕུས་
མོས་ལ་བཅུགས་ནས། ཨ་ལ་ལ་རྟེན་འབྲེལ་རེད་ལ་ཟེར་ཞོར་ད་གཞོང་ཡར་ལངས་ནས་རྟ་དེའི་འགམ་ནས་
ཕར་འགྲོ་ཆུར་འོང་བྱེད་ཞོར་བཟད། ཆུང་ཙམ་འགོར་ཆེས་རྟ་དེས་བཤད་ཆུར་དོ་མ་བཤད་ན་ང་ནི་ཆུ་རྟ་
ཞིག་མིན་ཟེར་ཞོར་ཕུས་མདོག་མོགས་མང་པོ་ཞིག་བསྐྱར་མོད་འོན་ཀྱང་ཁོ་ལ་དངོས་ནས་ཆུ་རྟ་ཞིག་ཡིན་
མྱོང་སྒྲིལ། ཆུང་ཙམ་འགོར་ཆེས་རྟ་ནག་ནག་ཅིག་ཆུར་ལ་ཡོང་བའི་སྐབས་སུ། རྟ་དཀར་པོ་དེ་དེ་མ་ཐག་
རྟ་ནག་ནག་དེའི་འགམ་ལ་སོང་ནས་སྒོ་ཕྱར་དུ་མདོག་ཅིག་བསྐྱར་ནས་འཇིགས་སུ་ཕྱང་བའི་གདོན་འདྲེ་
ཞིག་ཏུ་སྐུལ་ནས་རྟ་ནག་ནག་དེ་དུས་ཡུན་སྐར་མ་གཅིག་ཀྱང་མ་འགོར་བར་ཐོས་ཚད། དེ་བས་ད་གཞོང་
ལྷ་རྒྱལ་གྱིས་རྟ་དེ་ཆུ་རྟ་ཞིག་མིན་པ་ཤེས་ནས་འཇིགས་སྐྱག་དང་བཅས་སྐྱར་དུ་ལམ་འགམ་གྱི་སྒྲོལ་མ་
ཚད་ལ་ཤོས་ཏེ་བྱིས་དུ་ཐོན་པ་ན་སྒོལ་མ་གཅིག་ཕུས་ཇ་འཕུང་བཞིན་འདུག སྒོལ་མས་ཁོ་མཐོང་མ་ཐག་
འཕྱབ་ཆ་ཅི་ཡང་མེད་པར་ལྷ་རྒྱལ་མར་སྒྲོད་ལ་ཇ་བཞེས་ཟེར་ཞོར་ཁོའི་འགམ་ལ་ཡོང་། སྒོལ་མས་ཁྱོད་
འདིར་ཡོང་དོན་ཅི་ཡིན་ཞེས་དྲིས་པ་ན། ལྷ་རྒྱལ་གྱིས་དོན་དག་མི་ལོགས་པ་དེ་ཆེ་མ་ཆེ་བཞིན་དུ་བཤད་
ནས་ཆུང་ཙམ་འགོར་ཆེས། སྒོལ་མས་དྲ་མའི་ནང་དུ་བཞུས་པ་ན་འཇིགས་སུ་ཕྱང་བའི་བདུད་ཀན་ཞིག་

ཡོང་གིན་ཡོད་པ་མཐོང་ནས་ཏ་ཅང་འཇིགས་སྐྱུག་གི་སྤོང་ནས་མཚོད་ཁང་ནང་དུ་སོང་ཞེ་སྤང་བ་རིང་
 ཞིག་སྐྱུ་རྒྱལ་ལ་སྟེར་ཞོར་འདི་ནི་དེད་ཆང་གི་པ་མེས་ཡང་མེས་ནས་བརྒྱད་ཡོང་བའི་སྤང་བ་བྱིན་ཅན་ཞིག་
 ཡིན་པས། སྤོང་མཁྱུགས་པོར་སོང་ནས་གདོན་འདྲེ་དེ་ཐུལ་ཞེས་བསྐྱལ། སྐྱུ་རྒྱལ་གྱིས་སྤང་བ་ལག་ལ་བབས་
 ཞེ་སྟོར་སོང་ནས་གདོན་འདྲེ་དེའི་མགོ་ལ་ལན་གཅིག་གཞུས་པ་ན་གདོན་འདྲེ་དེས་གི་རིང་ཞིག་འདེབས་
 ཞོར་བྱས་སོང་། དེ་ནས་སྐྱུ་རྒྱལ་ཡང་དགའ་སྤྱོད་དང་བཅས་ཏེ་སྤྱོད་མ་ཆང་ལ་སོང་། ཟླ་ཕྱིད་ཅུ་འགོར་
 རྒྱུ་གདོན་འདྲེ་དེ་སྤེ་བའི་ནང་དུ་འཕྱལ་ནས་མི་ཞིག་བབས་ཞེ་ཤ་ཟ་ཁྲག་འབྱུང་གི་སྤྱོར་བ་ཇི་སྟེད་བརྒྱུ་མས་
 ཏེ་སྤེ་བ་ཁྲག་གིས་བཀང་སོང་། ཏུས་དེར་སྐྱུ་རྒྱལ་ནི་སྤྱོད་མ་ཆང་ལ་མག་བར་སོང་ནས་བཟུང་ཡོད་མོད།
 སྤེ་མི་འགའ་ཁོ་ཆང་ལ་ཡོང་ཞེ་སྟེན་ངན་དེའི་སྟོར་བཤད་པ་སྐྱུ་རྒྱལ་སྤྱོར་དུ་ཏ་ལ་ཞོན་ནས་བྱིར་པ་ཡུལ་ལ་
 ཐོན་དུས། ཁྱིམ་མི་ཆང་མ་གྱི་འདུག་པ་མཐོང་བས་དུ་ཞོར་དུ་ཁོང་ཁྱོད་བུ་ལངས་ཏེ་སྤྱོད་མའི་ལག་གི་
 སྤང་བ་དེ་བྱེར་ནས་ཉིན་ཞག་གསུམ་གྱི་རིང་ལ་བཅའ་མཐར་གདོན་འདྲེ་དེ་བཟུལ། དེ་ནས་བབས་ཞེ་བའི་
 བང་དུ་དོན་དག་དེ་འདྲ་གཅིག་ཀྱང་མ་བྱུང་བར་བདེ་སྤྱིད་གྱི་འཚོ་བ་རོལ།

རི་ཁྲོད་པ་ཞིག་གི་དངོས་བྱུང་གཏམ་རྒྱུད།

ཀམ་རྩུན་གྲུབ། ལྷུལ་ཤུལ།

སྐྱེད་གཞི།

འ་ལྱར་ཟུང་ཟེང་གི་དུས་རབས་འདིའི་ཁྲོད་ནས་མི་གང་མང་ཞིག་གིས་འདྲེ་ནི་བཤད་རྒྱུན་ཙམ་ལས་
དངོས་སུ་ཡོད་པ་ཡིད་ཆེས་ཀྱིན་མེད་སྟབས་རི་ཁྲོད་པ་འདིའི་དངོས་བྱུང་གི་གཏམ་རྒྱུད་བསྒྲགས་པའི་གོ་རིམ་
ཁྲོད་ད་དུང་ངོ་མཉམས་མཐུག་པོས་རྩུན་འབའ་ཞིག་རེད་ཅེས་སུས་བཤད་ཐུབ་བས།

དངོས་གཞི།

མདོ་སྟོད་མིའི་ཆོལ་ཁའི་ཡ་གྲུལ་གནས་མཆོག་བྲག་དཀར་ལྷ་པོ་ཞེས་བྱ་བ་ཅེ་མོ་དགྲུང་ལ་བྱུག་འདྲ།
ཁོ་ར་ཁོར་ཡུག་ཐམས་ཅད་ནགས་ཚལ་སྒྲུག་པོས་ཁེངས་ཤིང་ལྷང་བའི་ནང་གི་རྩ་བོ་ཡང་ཤར་སྐྱ་ཏུ་ཅང་
ཆེ་བ་སོགས་ས་གཞན་དང་བསྐྱར་ན་རྩུང་ཁྲོད་མཆར་བ་ཞིག་ཡིན། གནའ་ལྷ་མོའི་དུས་སུ་ལྷུལ་དེར་གནས་
པའི་ལྷགས་གཉེར་ཀླན་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་ཆོལ་ས་འདས་རྗེས་ལྷུལ་དེའི་པོ་སར་འགས་བཅའ་པོ་གཡག་ལ་
བཀལ་ནས་ཐག་རིང་ཞིག་ཏུ་བསྐྱུལ། བཅའ་པོ་སྐྱེལ་མཐན་དག་ཕྱི་དྲོར་དུར་ཁྲོད་ཏུ་བསྐྱེབས་ཤིང་དུར་ལས་
བྱེད་མཐན་ལ་ཆེས་སྟོད་བྱས་རྗེས་ཕྱིར་ལོག། ཉེན་དེར་བསྟོནས་པས་དུར་ཁྲོད་ཏུ་རོ་གཉིས་ཙམ་བཤས་ཏེ་
ས་རྩབ་ལ་ཁད་དུ་གྱུར་དུས་གཞི་ནས་དུར་ལས་བྱེད་མཐན་གྱིས་ལྷགས་གཉེར་ཀླན་པོའི་བཅའ་པོ་བཤའ་འགོ་
བརྩམས། དུས་ཚོད་བྱེད་ཙམ་འདས་རྗེས་ཉེ་འཁོར་གྱི་དངོས་པོ་དག་ཀྱང་རབ་རིབ་དུ་གྱུར་ནས་ས་སྟོད་
དུ་བསྐྱེབས་ཤིང་དུར་ལས་བྱེད་མཐན་གྱིས་མཆོམས་བཞག་སྟེ་སང་ཉིན་ཉི་ཤར་ལ་བཤའ་དགོས་སྟམ་ཞིང་
རོ་དེར་པར་བརྟས་ཚོད་ལ་རྩུང་ཞེད་སྐྱང་ཅན་ཞིག་ཡིན་ལ་ལུས་ཀྱི་གང་སར་ཁྲག་འཛིག་གིན་འདུག་ཟེར།
འོན་ཀྱང་མཆོན་མོ་དེར་ས་རྩབ་སྟེ་བྱ་ཚོད་ཀྱང་མེད་པས་བཤའ་ཐབས་བྲལ། དེ་ནས་རས་དཀར་སྐབ་ཅིག་
བཅའ་པོའི་སྟེང་དུ་བཀག་ནས་བཞག། ཕྱི་ཉིན་ལྷ་མོར་ཐོན་དུས་བཅའ་པོ་གཏན་ནས་མཐོང་རྒྱ་མེད་པ་དང་
ཁྲག་རྒྱས་ལུས་དུས་སྟོན་གྱི་གནས་དེར་ཕྱིར་ལོག་པ་གསལ་པོར་ཤེས། དེ་ནས་སྐད་ཆ་དེ་གང་སར་ཁྲབ་ཅིང་
བྲག་དཀར་ལྷ་པོའི་ཉེ་འདབས་ཀྱི་མི་རྣམས་ཀྱིས་ཐོས། དེ་ནས་བཟུང་དགོང་མོ་དང་ཕྱི་དྲོའི་དུས་སུ་ལྷང་

བའི་ནང་དུ་འགྲོ་མཁན་མེད་ལ་འགྲོ་ཡོད་མཁན་ཡང་མེད་པར་གྱུར། དེ་ནས་ལོ་ཟླ་གང་མང་ཞིག་འདས་
 རྒྱུ་ཡུལ་དེར་རི་ཁྲོད་པ་ཞིག་སྒྲོམ་བརྒྱུག་དུ་ཕེབས་འདུག་ཟེར་ནས་རིམ་གྱིས་ཡུལ་དེའི་མི་རྒྱལས་གྱིས་
 མོས། དེ་ནས་ཡུལ་དེའི་མི་རྒྱལས་གྱིས་ཤེས་གསལ་ལྟར་ན་ཡུལ་དེ་གར་ཡོང་བའི་རི་ཁྲོད་པ་དེ་ནི་སྤྱིར་
 བཏང་གི་མི་པས་བ་ཞིག་མ་ཡིན་པར་ཁོང་ནི་དོན་དམ་པའི་ཚུལ་ཁྲིམས་གཙང་བ་དང་མདོ་ཟུགས་སྤྱི་ལའང་
 བྱང་ཆུབ་པ་ཞིག་ཡིན་པས་རྒྱུང་མ་འགོར་བར་ཡུལ་དེར་ས་ཁྱབ་དོན་ཁྱབ་དུ་གྱུར། ཡིན་ནའང་ཁོང་ཚང་ལ་
 མཇལ་དུ་འགྲོ་མཁན་གཅིག་ཀྱང་མ་བྱུང་། རི་ཁྲོད་པས་བྲག་དཀར་ལྷ་བོ་ནི་དཔེན་གནས་ཁྱད་དུ་འཕགས་
 པ་ཞིག་རེད་འདོད་ནས་སྤེང་འཇགས་ངང་གནས་དེར་ཐུ་མཐུད་དུ་སྒྲོམ་བརྒྱུ། དུས་རྒྱུན་ཁོང་གིས་ཕྱི་
 ཉིན་གྱི་བཟའ་བཏུང་གྲ་སྒྲིག་བྱས་ཏེ་སྤོང་རྒྱུང་རྒྱུང་ཞིག་གི་ནང་དུ་བཞག་ཡོད་མོད། ཉིན་ཞིག་ལ་མདང་
 རུབ་བཅོས་པའི་ཟ་མ་གཏན་ནས་མེད་པས། ཁོང་གིས་ཉེ་འགམ་དུ་ནགས་ཚལ་མང་པས་གཙན་གཟན་
 གཞན་གྱིས་མོས་པ་ཡིན་ནམ་སྟེ། དེ་ནས་རྒྱན་དུ་ཟ་མ་མེད་འགྲོ་བས་འདི་ལྟར་རྒྱ་ལ་ཤོར་ན་ལྷས་ལྷང་
 གིས་མི་ལྷོགས་ཤིང་སྒྲོམ་ལ་ཡང་བར་ཆད་ཆེ་བར་སྟེ་ནས་དོ་རུབ་ཅད་ཅིག་གཙང་དགོས་དགོངས་ཏེ་
 མཚན་མོ་དེར་ཟ་མ་སྤོང་རྒྱུང་དེའི་ནང་དུ་མ་བཞག་པར་བཞུགས་ནས་བསྐད། མཚན་སྐད་ཅིག་ལ་རྒྱབ་དུ་
 བྱག་མ་རྒྱུང་རྒྱུང་ཞིག་ཁྱུར་བའི་མི་ཞིག་འཇུལ་ཡོད་ལྟེ་པར་ལྷ་རྒྱུར་ལྷ་བྱས་ཤིང་བཞུགས་ཚོད་ལ་ཟ་མ་བཅལ་
 གྱིན་པ་འདྲ། མི་དེའི་གདོང་གསལ་བོར་མི་མཐོང་བའི་ཁར་གཟུགས་སྟོབས་ཆེ་ཞིང་སྤྱོད་ཀྱི་དཀར་ལ་
 རྒྱུང་ནས་ཉམས་ཅན་ཞིག་འདུག དེ་ནས་ཟ་མ་མ་རྒྱུད་པས་རྒྱ་མོར་བ་ཁ་ཤས་བཏུང་ནས་བྱང་སོང་། ཕྱི་
 ཉིན་རྒྱ་ཡང་མ་བཞག་པར་སྤྱུག་ནས་བསྐད། མི་དེ་སྤར་ལྟར་ཡོང་ནས་རྒྱ་སྤོང་ལ་ཕྱེས་ཏེ་རྒྱ་མེད་པ་མཐོང་
 བས་ཁོ་རང་རྒྱ་ལེན་དུ་བྱང་སོང་། ཁོའི་བྲག་མ་དེར་བཞག་ཡོད་པས་རི་ཁྲོད་པས་བྲག་མ་རྒྱུར་སྤངས་ཏེ་
 རང་གི་སྤར་འོག་དུ་སྤྱུག། ཁོ་ཕྱིར་བསྐྱེབས་པ་ན་ར་པ་སྒྲོལ་ཏེ་མོར་འགའ་འཐུང་། འགྲོ་ཁར་བྲག་མ་མེད་
 པ་ཤེས་ནས་ཕྱི་རོལ་སྤུལ་བྲུ་ཁྱུང་འགམ་ནས་བའི་བྲག་མ་ཕྱིར་སྤོང་རོགས་ཞེས་འདོད་ཀྱིན་འདུག སྐབས་དེར་
 རི་ཁྲོད་པས་ཁྲོད་སུ་ཡིན་རྒྱུན་དུ་ཟ་མ་བརྒྱས་ནས་ངོ་ཚ་རྒྱ་མེད་དམ། བྲག་མ་ལས་སྤྱོད་མོར་ཕྱིར་མི་སྤོང་
 ཅས་ལན་བཏབ། མི་དེས་བྲག་མ་མི་སྤེར་ན་ཁྲོད་ཀྱིས་སྤྱུག་སྤོང་ཟེར་ནས་བྱང་སོང་། དེ་ནས་ཁོང་རྒྱུང་
 ཐུགས་མ་བདེ་བར་མི་དེ་ལ་རུས་མཐུ་ཅི་ཡོད་དམ་དགོངས་ནས་སྒྲོམ་བརྒྱུ། དེ་ལྟར་ཉིན་གཅིག་གཉིས་
 འགོར་ཡང་གོ་མེད་ཚོར་མེད་རེད། ཉིན་ཞིག་གི་དགོང་མོར་རི་ཁྲོད་པས་བྲག་སྤང་མལ་ཁྲིའི་སྤེང་དུ་བཞག་

སྟེ་སྒྲིབ་ཕྱི་རོལ་དུ་ཆབ་གསང་ལ་སོང་། ཡར་ནང་དུ་ཕེབས་མ་ཐག་བཞུགས་གནས་སུ་སྐྱུལ་ཆེན་པོ་ཞིག་རེ་
 ཁྱོད་པའི་མགོ་ཚོག་ལ་གཏད་དེ་མཆོངས་ཡོང་། དེ་དུས་རེ་ཁྱོད་པས་སྒོ་གཅིག་སེམས་གཅིག་གིས་ཉིང་དེ་
 འཛིན་ལ་མཉམ་པར་བཞག་སྟེ་ཅེ་གཅིག་དུ་སྒྲ་མ་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་གསོལ་འདེབས་བྱས་པས་མེད་
 པར་གྱུར། ཡང་ཉིན་ཞིག་ལ་སྒྲིབ་ཕྱི་རོལ་དུ་བཞག་ཡོད་པའི་ཆབ་ཏྲག་དེ་སྒོ་བྱར་དུ་འཕྲོང་གཡག་དར་མ་
 ཞིག་དུ་གྱུར་ནས་རེ་ཁྱོད་པ་ལ་བརྟུང་གྲབས་བྱས་ཀྱང་ཁོང་གིས་སྤར་སྤར་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་མཉམ་པར་
 བཞག་པས་མེད་པར་གྱུར་སོང་། རེ་ཁྱོད་པས་ཟ་མ་རྒྱ་མཁན་གྱི་ཀན་པོ་སྒྲ་དཀར་ཅན་དེ་ཡིད་ལ་ཤར་ནས་
 དེ་ནི་གདོན་འདྲེ་མ་ཅུང་བ་ཞིག་ཡིན་པ་ཤེས་ཤིང་འདི་ལ་གཙོ་བོ་དམ་པའི་ཆོས་ཀྱི་ཕྱགས་ནས་བསྐབ་བྱ་
 རེ་བྱེད་ཐུབ་ན་ཅི་མ་ཅུང་སྟམ་པའི་ཀུན་སྒོང་དྲག་པོས་ཁྱུག་མ་ཕྱིར་སྒྲོད་རྒྱ་ཐག་བཅད་པ་དང་དུས་མཆོངས་
 ལུ་ཕན་ཚུན་ལ་སྐྱེད་མོལ་བྱེད་འགོ་བཙུགས། ཁྱུག་མ་དེའི་ནང་དུ་ཞགས་པ་དཀར་ནག་གཉིས་ལས་གཞན་
 ཅི་ཡང་མེད། རེ་ཁྱོད་པས་ཁྱུག་མ་ཕྱིར་སྒྲོད་ཆོག་འོན་ཀྱང་ཁྱོད་ཀྱིས་ང་ལ་ཡང་ཁས་ལེན་དགོས་པ་འགའ་
 ཤས་ཡོད་ཟེར་བས་ཁོ་རང་ཡང་འཐད་པ་བྱུང་། དེ་ནས་རེ་ཁྱོད་པའི་ཆ་རྒྱུན་སྤར་སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་
 རྟོག་མི་གཙོད་པ་དང་གཞན་ལ་གཙོད་འཆོ་མི་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་ཁས་སྐྱེད་པས་ཁྱུག་མ་ཡང་ཕྱིར་སྒྲོད།
 རེ་ཁྱོད་པས་ཉིན་མང་པོ་ཞིག་ལ་བསྐབ་བྱ་ཡང་ཡང་བཏང་སྟེ་ཉིན་ཞིག་ཁོ་རང་ཡུལ་གཞན་ཞིག་དུ་བྱུང་
 སོང་། ལོ་འགའི་རྗེས་ནས་ཕྱིར་བྲག་དཀར་རྩ་བོ་ཅུ་བསྐྱེད་ཤིང་སྒོན་དང་བསྐྱར་ན་ཅུང་ལ་རབས་སྒྲོད་
 བཟང་ཞིག་དུ་སོང་འདུག་ནའང་ལོ་འདི་དག་ལ་ཁོས་མ་ཅུང་པའི་བྱ་བ་ཅི་ཞིག་བསྐབས་པ་ལུས་ཤེས། ཁོས་
 བཤད་རྒྱུ་ང་རང་སྤར་གྱི་དམ་བཅའ་ལས་འགལ་མེད། ཡིན་ཡང་ལོ་འདི་དག་རིང་ལ་ས་ཆ་གང་མང་
 ཞིག་དུ་སོང་ཞིང་ཁྱེད་མཆར་པའི་ལས་མང་པོ་མཐོང་། ཟླ་བ་ཞིག་གི་ནང་དུ་དང་འདུན་གྱིས་མཆོད་འབུལ་
 བྱེད་སའི་སྒྲ་མ་གསེར་ཆང་བ་ཟེར་བ་ཞིག་རྒྱ་གཤེགས་ཤིང་སྒོ་བ་མ་མང་པོས་མཐའ་ནས་བསྐྱར་ཏེ་ཕྱག་
 དང་སྐྱོར་བ། ཁ་བཏོན་དགེ་སྤྱོད་སོགས་དགེ་པའི་ལས་སུ་འབད་གྱིན་འདུག།

དུས་དེར་ང་རང་དེའི་སྐུ་ལུས་སུ་ཞུགས་ཏེ་ང་དཔུལ་ཁམས་བཙོ་བརྒྱད་ལ་སྤྱོད་རྒྱ་རེད་ཅེས་ཀྱ་ཙེ་
 བཏོན་པས་འགའ་གྱི་མི་ཆོས་སྒྲུག་གཏམ་རྩ་ཆོགས་བཤད་གྱིན་པ་མ་ཟད་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྤྱིང་ནས་གསོལ་
 འདེབས་བྱེད་སའི་སྒྲ་མ་གསེར་ཆང་བ་འདི་འདྲ་དཔེ་མི་སྤྱིང་ཅེས་གཙོ་བོ་འགྲོད་གྱིས་ཁེངས་སོང་། ཡང་
 ཉིན་ཞིག་ཡུལ་དེར་ཤན་པ་སྤྱིག་ཅན་ཞིག་ཡོད་པ་འཆི་ལ་ཁད་དུ་གྱུར་འདུག་ལ་མི་ཆོས་དེ་ནི་དཔུལ་བ་

མནར་མེད་མ་གཏོགས་འགོ་ས་མེད་རབས་ལབ་སྒྲིང་སྣ་ཚོགས་བྱེད་ཀྱིན་འདུག། ཅུས་དེར་ང་ཡང་ཁོའི་
ལུས་སུ་ཞུགས་ནས་དེ་རིང་ནས་ང་བདེ་བ་ཅན་དུ་འགོ་རྒྱུ་ཡིན་ཞེས་སྒྲུས་པས་མི་དག་གིས་འདི་ནི་ད་གཞི་
སངས་རྒྱུས་བྱང་མེས་མ་གང་གི་སྒྲུལ་བ་ཡིན་པ་ཡིད་ཆེས་བྱེད་བཞིན་ཕྱག་དང་གསོལ་འདེབས་ཡང་ཡང་
བྱས་སོང་ཞེས་སྒྲུས། རི་ཁྲོད་པས་དེ་དག་ཚང་མ་གཞན་གཞི་དུ་ལས་མི་དགེ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་པས་ད་ནས་
བཟུང་ལས་དེ་འདྲ་ངན་པ་བསྐྱབ་མི་ཉན་པ་སོགས་ཀྱི་བསྒྲུབ་བྱ་བཏང་། ཅུས་དེ་ནས་བཟུང་རི་ཁྲོད་པ་དེ་
ཁོའི་སྒྲུབས་གནས་དངོས་ལ་བཅོལ་ཞིང་ཚོན་བྱ་བ་མི་དགེ་བ་གང་སྐྱབ་སྐྱབ་ཐམས་ཅད་འགྲོད་བཤགས་
བྱས་ཤིང་ཕྱིན་ཆད་དེ་འདྲ་མི་བྱེད་པའི་དམ་བཅའ་བརྟན་པོ་བཞག་ལྟེ་མཐར་ཁོ་རང་ཡང་ཚོགས་མང་པོ་
བསགས་པའི་མཐུས་ཚེ་འཕོས་པ་ན་རི་ཁྲོད་པ་ཞིག་གི་སྐྱེ་བ་སྒྲངས། གདོན་འདྲེ་འདི་ནི་ཐུང་གི་ཕྱགས་
གཉེར་ཀླན་པོ་དེ་ཡིན་ལ་ཞེན་ཆགས་ཀྱི་དབང་གིས་ཡུལ་དེར་འཁོར་ཡོད་པར་ལུང་བསྟན། དེའི་རྗེས་སུ་
ད་བར་དངོས་ཡོད་ཀྱི་འཚོ་བ་འདི་ལ་རྒྱས་ལོན་བྱེད་མ་ཐན་མ་བྱུང་།

བཅར་འདྲི་བྱེད་པ། བཟན་འཛིན་ཉི་མ།

བཅར་འདྲི་བྱེད་པའི་ས་གནས། ཡུལ་ཤུལ།

བཅར་འདྲིའི་དུས་ཚོད། 2015.8.25

ཁབ།

ནགས་ཚེ་འབུམ་རྒྱབས། རྩི་སྒྲོམ་

[ནང་དོན་གནད་བསྒྲུས།] འདྲེ་རྒྱུད་འདི་ནི་དེ་ཙམ་པ་ཡུལ་ན་རུང་གྲགས་ཚེ་བའི་དངོས་རྒྱུད་གཏམ་རྒྱུད་ཅིག་
ཡིན་ལ། འདིས་བྱ་མོ་ཞིག་གི་མི་ཚེའི་ནང་ལ་བཟོད་དཀའ་བའི་སྤྱུག་བསྐལ་ཆེན་པོ་ཞིག་བཞག་པར་མ་ཟད་ཆེ་
གང་བོར་སྒྲོན་མ་དང་གདོན་མོ་སོགས་ཀྱི་མིང་ངན་ལས་ཐར་མ་བྱུག།

གཏམ་རྒྱུད་དངོས།

ཆན་པོ་དགོན་ལོ་ཆང་ནི་དེ་ཙམ་པ་འདི་ནང་ནས་རྒྱ་ཁ་བཟང་ཤོས་ཡིན་ལ། ལྷག་པར་དུ་ཆན་པོ་དགོན་
ལོ་ནི་ཡར་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་དང་པ་ཡོད་མཐན་དང་མར་བཟའ་ཆང་དང་ཐེ་མི་ཀུན་ལ་འགྲིག་མཐུན་
དང་བྱམས་སྦྱོང་བྱེད་མཐན་གྱི་མི་སྦྱོང་ཡག་ཅིག་ཡིན། དེ་ལོ་འདྲེ་སྤྱོད་ཆང་དང་འདྲེ་བར་ལོ་སར་རྩེས་ཨ་
ལགས་དམ་ཚེས་ཆང་བྱིས་ཞུ་བྱས་ནས་བཟའ་མི་ཆང་མའི་ལོ་གཅིག་གི་ལེགས་ཤེས་ཨ་ལགས་ཆང་ལ་ལྷང་
བསྟན་ཞུས། ཨ་ལགས་ཆང་གིས་བཟའ་མི་གཞན་ཆོར་སྐྱེ་རིམ་ཉུང་ཙམ་ལས་གཞན་པའི་བཀའ་དགོད་མ་
གནད་མོད། དགོན་ལོའི་བྱ་མོ་གཅིག་བྱ་སྟེ་བདེ་སྦྱིད་ལ་དམིགས་ཀྱིས་ཨ་ལགས་ཁོང་གི་ལག་འདྲོགས་རྒྱ་
ཆོད་གནད་ནས་དེ་ལོའི་ལོ་གང་བོའི་ནང་ཁྱོད་འདི་དང་མ་འབྲལ་ཞེས་ནན་གྱིས་ཡང་ཡང་བསྐྱུལ།

སྤྱུག་པས་དེ་ལྷང་ཐང་གསུམ་གང་བའི་དབྱར་ཁའི་ཞོགས་པ་ཞིག་ལ། བདེ་སྦྱིད་མལ་ལས་ལངས་སྐབས་
ཨ་ལགས་ཆང་གིས་གནད་བའི་རྒྱ་ཆོད་ཀྱི་ལོང་བྱ་ཆང་འདུག་པ་མཐོང་བས་སེམས་ལ་ཞེད་སྣང་ཅིག་སྦྱེས་
ཏེ་ཐུར་དུ་ལོང་བྱ་ཞིག་སྦྱོང་དགོས་སྐམ་ཡང་སྦྱོང་རྒྱ་ཅི་ཡང་མ་རྟེན་ལ་ཇི་ལྟར་སྦྱོང་དགོས་པའང་མ་ཤེས།
ལྷག་པར་དུ་དེ་རིང་མོ་མལ་ལས་ལངས་པ་རུང་འཕྱི་བས་ཐབས་འཐེན་ནས་འདུག་ཁོམ་མེད་པར་བཞོན་
མ་བཞོན་ཅོང་། མོ་སྐྱས་ལ་ཐོན་དུས་ཨ་མས་བཞོན་མ་འཛོལ་བཞིན་ཡོད། མས་བཞོན་མ་བཞི་ལྷ་ཙམ་བཞོན་
རྩེས་བཞོན་ཟེུ་གང་མོང་བས་བྱིས་ལ་འོ་མ་སྤྱུག་དུ་སོང་། འོ་མ་སྤྱུག་སྐབས་མོའི་རྒྱ་ལོག་གྱི་སྤྱོད་གྱི་གཅིག་
ཐང་ལ་སྤྱང་སོང་། མོས་སྤྱོད་གྱི་སྤངས་ཏེ་ཡར་དབྱེས་པ་ན་ཁེན་ས་དང་བརྟེན་ས་ཅི་ཡང་མེད་ལ་སྤྱད་པ་
བརྒྱས་ཡོད་པའི་ཁབ་ཅིག་མོའི་མིག་གི་ཁ་གཏད་ན་ཡོད་པ་མཐོང་བས་ཁབ་དེ་སྤྱད་ནས་སྤྱོད་གྱི་ཕྱིར་

བཅོམས། བཅོམས་ཚར་ནས་ཁབ་ཕྱིར་འཛོག་སྐབས་ད་གཞོང་རང་ཉིད་ཀྱིས་སྤྱང་པའི་ཁབ་དེ་དང་ཐོག་
ཁོན་ས་དང་བརྟེན་ས་ཅི་ཡང་མེད་པར་རང་ཉིད་ཀྱི་མཐོ་ཚད་ཅམ་གྱི་བར་སྤྱང་དུ་ཡོད་པ་ཚར་བས་དངངས་
སྒྲག་དང་བཅས་ཏེ་ཁ་ཕྱིར་འཁོར་བ་ན་མོའི་གས་དུ་རྒྱ་ལ་གྱོན་པའི་མི་རྒྱས་མེད་ཅིག་འདུག་ལ་མི་དེས་
དེད་གཉིས་མ་རྒྱུའི་པར་ཁར་འགྲོ་ཟེར། མོ་འགྲོ་མི་འདོད་ཀྱང་རང་དབང་ལ་མི་ཡོང་བས་ཁོའི་རྒྱུ་དེད་
ནས་མི་འགྲོ་ཐབས་མེད་བྱུང། མོའི་ཨ་མས་བཞོན་མ་འཛོ་ཞོར་ཡིད་ཅམ་ལ་བསྒྲག་ཀྱང་བུ་མོ་ཕྱིར་མ་ཡོང་
བས་མོ་བྱིས་ལ་བཞུ་བ་སོང་མོད། བུ་མོ་བྱིས་ན་མེད་ལ་ཨ་ལགས་ཚང་གིས་གནང་བའི་ལག་འདྲེགས་རྒྱ་
ཚོད་ཐག་ཆའི་སྤེད་དུ་བཞག་ཡོད་པ་མཐོང་བས་མོ་ལ་ཞེད་སྤང་ཞིག་སྤྱེ་ཞོར་སྐོར་བྱང་པ་ན། དཀོན་ལོས་
རྟ་བྱ་ལས་རྟ་ཞིག་ཁྲིད་ནས་རྒྱུར་ཡོང་བཞིན་པ་མཐོང་བས་མོས་དཀོན་ལོ་ལ་བུ་མོའི་གནས་རྒྱུ་རྒྱམས་
བཤད་པ་དང་ཁོ་གཉིས་ཀྱིས་བྱིས་དང་ཐག་ཉེ་བའི་མཐའ་འཁོར་ཀྱན་ལ་བཅའ་ཡང་མ་རྟེན་པར་མ་ཟད།
རྒྱུ་ལྟམ་ཅམ་ཡང་མ་མཐོང་བས་དཀོན་ལོ་དཀོན་པར་ཨ་ལགས་དམ་ཚོས་ཚང་ལ་བྱ་བ་སོང།

དཀོན་ལོས་ཨ་ལགས་ཚང་ལ་བུ་མོའི་གནས་རྒྱུ་རྒྱམས་བྱས་པ་ན་ཨ་ལགས་ཀྱིས་ང་ཚོ་སྤྱང་དུ་བྱོད་
ཚང་ལ་འགྲོ་ཟེར་ནས་ལམ་ལ་ཆས། ཨ་ལགས་དང་དཀོན་ལོ་སྐགས་ཕྱིར་འཕྱོར་དུས་ཉིན་གུང་ལོལ་འདུག
ཨ་ལགས་དཀོན་ལོ་ཚང་ལ་བསྐྱེབས་མ་ཐག་བསང་ཆེན་ཞིག་ཕུད་བ་དང་དེ་ནས་ཡུད་ཅམ་གྱི་རྒྱུ་སྤྱེ་མེས་
བ་ཆེན་པོ་ཞིག་བབས། ཨ་ལགས་ཀྱིས་དཀོན་ལོ་སྐགས་ལ་སང་ཉིན་ཞོགས་པའི་བར་དུ་ཅིས་ཀྱང་རྟེན་ཐབས་
བྱེད་དགོས་ཞེས་ནན་གྱིས་གསུངས། དཀོན་ལོ་སྐགས་ཀྱིས་ཨ་ལགས་ཀྱི་ཐུགས་བཀོད་ལྟར་མ་ཉིན་གྱི་ཕྱགས་
སྤྱ་བཅའ། ཨ་ལགས་ཀྱང་དཀོན་ལོ་སྐགས་ལ་འགྲོགས་ནས་བྱོན།

བདེ་སྦྱིད་དང་མི་དེ་གཉིས་ཉིན་གུང་ཅམ་ལ་མ་ཉིན་དུ་འཕྱོར། མི་དེས་བདེ་སྦྱིད་ལ་བྱོད་ཀྱི་སྐྱབས་
ཡོད་པ་དེ་མ་བཤིག་ན་ང་ཚོ་རྒྱུའི་པ་རོལ་ལ་འགྲོ་བར་དཀའ་ལས་ཡོད་པས་སྤྱང་དུ་བཤིག་དགོས་ཟེར་
ནས་འབལ་ཞོར་བཤིག་ཞོར་བྱས་ཏེ་བྱེད་ཅམ་ལ་ཐོན་དུས་མེར་བ་བབས་པས་ཁོ་གཉིས་ཀྱིས་ཆར་བཞུང་
མི་བྱེད་ཀའམེད་བྱུང། གད་བྱང་ཞིག་ནས་བྱི་དྲོའི་བར་དུ་ཆར་བཞུང་བྱས་ཀྱང་མེར་བ་འབབ་མཚམས་མ་
བཞག་པས་ཁོ་གཉིས་མ་འགྲམ་ན་ཡོད་པའི་བྲག་རྩོལ་ཚང་ལ་སོང། ཁོ་གཉིས་བྲག་རྩོལ་ཚང་གི་ཉེ་
སར་འཕྱོར་དུས་བྲག་རྩོལ་གྱི་རྒྱུང་མ་སྐོར་བྱང་ནས་བྱི་ལ་བཞུས། སྤྱིའི་བྱེད་ཅམ་བཤིག་ལ་བྱེད་ཅམ་སྐྱས་
པའི་བུ་མོ་ཞིག་ཡིན་པ་མཐོང་ནས་མཚར་སྤང་དང་བཅས་བྱིས་ལ་བསྐྱས། བྲག་རྩོལ་གྱི་རྒྱུང་མས་རྩ་འདྲན་

ཞོར་ཞིབ་ལྷ་ཞིག་བྱས་ནས་ཨ་ལ་འདི་དགོན་ལོའི་བྱ་མོ་མེན་ནས། སྤྱོད་གཅིག་ཕྱ་གང་ལ་འགྲོ་རྒྱ་ཞེས་དེས་
 བ་ན་བདེ་སྦྱིད་ཀྱིས་དྲང་མོར་བཤད་འདོད་ཀྱང་གམ་གྱི་མི་དེས་འབྲམ་ལྷག་གཞུས་ནས་བཤད་དུ་མི་
 འཇུག་པར་མ་ཟད་རྒྱན་བཤད་དུ་བཅུག། དགོང་མོར་བཀྲ་སྒྲོབས་ཚང་གིས་ཐུག་པ་བསྐོལ་ནས་བདེ་སྦྱིད་
 ལ་ཐུག་པ་བྱགས་མོད། མི་དེས་བདེ་སྦྱིད་ལ་དཀར་ཡོལ་གང་ཡང་འབྱུང་དུ་མ་བཅུག་པར་ཁོས་དཀར་
 ཡོལ་བཅུ་ལྷག་འབྱུང་། བཀྲ་སྒྲོབས་ཚང་གི་བཟའ་མི་ཚོས་མི་དེ་མི་མཐོང་བས་ཁོ་ཚོ་བདེ་སྦྱིད་ལ་ཉ་ལས།
 མཚན་མོར་ཁོ་གཉིས་དེ་ནས་ཞག་ཐོད་བྱས།

ཞོགས་པ་ཟླ་མོར་མལ་ལས་ལངས་པ་ན་སེར་བ་འབབ་མཚམས་བཞག་འདུག། ཁོ་གཉིས་ལམ་ལ་ཆས་
 སྐབས་ཨ་ལགས་དང་དགོན་ལོ་སོགས་ཀྱིས་ཀྱང་བཅོལ་ནས་བཀྲ་སྒྲོབས་ཚང་ལ་འབྱོར་བས་བདེ་སྦྱིད་རྟེན།
 མོས་ཨ་ལགས་དང་ཨ་པ་སོགས་མཐོང་བ་ན་རྩྭས་པ་ལྷར་ཁོ་ཚོ་ལ་དམིད་མོ་བྱས་པས་ཨ་ལགས་ཀྱིས་མོ་
 ལ་ཐེང་ལྷག་གིས་འགའ་གཞུས་པ་ན་ད་གཟོད་རྫོང་ལ་བབས་བྱུང་། མོའི་གམ་གྱི་མི་དེའང་མི་རྣམས་བར་
 ཟུར། མི་དེ་ཨ་ལགས་ལས་སུ་གཅིག་གིས་ཀྱང་མ་མཐོང་བས་བདེ་སྦྱིད་རྩྭས་འདུག་ཅས་མི་མང་པོ་ཞིག་
 གིས་འཆལ་གཏམ་བཤད་པས་དུས་དེ་ནས་བཟུང་རྩ་ཐང་གི་སྐལ་བཟང་མེ་དོག་རྩ་བུའི་བྱ་མོ་ཞིག་འདི་
 ལྷར་མི་གལ་ནས་ཕུད།

འདྲེ་རྩ་ནག་ཅན།

ཆོ་བརྟན་དོ་རྩེ། །སྤྱི་མོ།

སྒྲེང་གཞི།

དེ་རིང་བདག་གིས་།འདྲེ་རྩ་ནག་ཅན་ཤེས་པའི་གཏམ་རྒྱུད་འདི་ཟེན་ཟེས་སུ་ཕབ་དོན་ནི། སྒྲོག་
པ་པོ་རྣམས་ལ་འཛིགས་སྒྲུང་སྒྲོང་བྱེད་ཅམ་དང་། ཡང་ན་མཚར་སྒྲུང་སྒྲོང་བྱེད་ཅིག་མིན་ལ། ཆོས་ལུགས་
བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་གི་ལྷ་གྲུབ་ལ་དང་གུས་སྒྲོང་བྱེད་དེ་བས་ཀྱང་མིན། རྒྱ་མཚན་ནི་ཆོས་ལུགས་ཤིག་གི་ལྷ་
གྲུབ་ནི་འདྲེ་ཡོད་མེད་ཅམ་གྱིས་ཐག་གཅོད་གྲུབ་པའི་གནད་དོན་ཞིག་མིན་པས་སོ། དེས་ན་བདག་གིས་
དེ་རིང་གཏམ་རྒྱུད་འདི་ཡི་གེར་ཕབ་དོན་ནི། རང་ཉིད་གྱིས་མ་ཐོང་བ་ཅམ་གྱིས་མེད་པར་འདོད་པ་དང་།
རང་སློ་ཉེ་ཆོ་བ་ཞིག་གིས་མཐའ་ཡས་པའི་ཤེས་བྱའི་རྣམ་གཤས་ལ་ཡོད་མེད་དང་། ཡང་ན་ཡིན་མིན་གྱི་
ཐག་གཅོད་ཀྱང་བྱེད་པའི་དེང་གི་མི་རྣམས་ལ་འདི་ལྷ་བྱའི་དངོས་བྱུང་གི་གཏམ་རྒྱུད་འདིས། རྩོགས་
གཅིག་ནས་རང་གིས་མ་ཐོས་པ་དང་མེད་པར་མཐོང་བའི་བྱུང་པར་ལ་གསལ་ཁ་གཏོང་ཆེད་དང་། རྩོགས་
གཞན་ཞིག་ནས་གཏམ་རྒྱུད་འདིའི་ནང་གི་འདྲེ་འདི་ཡང་རྒྱ་རྒྱུན་ལ་སྒྲོས་པ་མེད་པའི་རྟག་པ་རང་བྱུང་
བ་ཞིག་མིན་པར། རང་རྒྱ་ལས་ཀྱི་རྣམ་སྤྱོན་སྤྱོན་སོང་ཅན་ཞིག་ཡིན་རྒྱུ། འདི་ལྷ་བྱའི་ཉམ་ཐག་ཅིང་
འཛིགས་ཡེར་བའི་མཇུག་འབྲས་ལ་བསམ་སྟེ། ཅུས་རྒྱུན་རང་ཉིད་ཀྱི་འཆོ་བའི་ནང་རྒྱ་འབྲས་སྒྲུང་དོར་གྱི་
གནད་ལ་གཞིབ་ཅིག་ཅེས་པའོ།

གཏམ་རྒྱུད་དངོས།

ཁམས་སྡེ་དགའི་ས་ཆ་ཞིག་ན་གཡེར་བ་ཟེར་བའི་ལྷང་བ་ཞིག་ཡོད། ལྷང་བ་དེར་དུང་ཆང་ཞིག་ལ་
བྱ་བསྟོད་རྣམས་དགའ་འཕེལ་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད། ཉེན་ཞིག་གི་དགོང་མོར་ལྷང་བ་དེའི་མདའ་ནས་མར་འཕྱལ་
རྩ་ཞོན་ཏེ་ཡུལ་ཚོ་འགྲོ་དགོས་བྱུང་། གཞུང་ལམ་སྟེ་ལམ་ཆེན་གྱི་འགྲམ་ལ་ཐོན་མ་ཐག་དོ་ཤེས་གཉིས་
ཡར་ཡོང་བ་དང་འཕྲད་པས་དེ་གཉིས་དང་སྟན་དུ་ཁ་བརྒྱབ་ཏེ་རྩུང་བསྐྱད་རྩིས་མི་དེ་གཉིས་ལམ་ལ་
ཆས། ཁོ་ཡང་འགྲོ་གྲུབས་བྱས་ཀྱང་སློ་ཡུལ་ལས་འདས་པ་ཞིག་ལ་འཕྱལ་རྟའི་འཁོར་ཐག་རང་གར་ཆད་

དེ་ས་ཅུ་ལྷུང་བས་འགྲོ་ཐབས་ཟད། དེ་མ་ཐག་ཁ་ཕྱིར་འཁོར་ཏེ་མི་དེ་གཉིས་ལ་འཁོད་ཅིས་བྱས་ཀྱང་མི་
 དེ་གཉིས་རི་ལྷ་ལས་ཡོད་ཟེན་པས་ཅི་བྱ་གཏོལ་མེད་དུ་གྱུར། མཚམས་དེར་འཕྲུལ་རྟ་ལས་བབས་ཏེ་འཁོར་
 ཐག་མཐུད་ཅི་བྱ་བ་བྱེད་སྐབས་མདུན་ཚྭ་གས་ཀྱི་ལམ་ཁར་མི་རྒན་ལ་བ་ནག་པོ་ཅན་ཞིག་གིས་རྟ་ནག་པོ་
 ཞིག་ཞོན་ནས་ཐེལ་འཛུབ་ངང་ཡར་ཡོང་བ་མཐོང་། ཁོས་ཉམས་མ་བཞག་པར་ལུ་མཐུད་དུ་འཕྲུལ་རྟ་
 ཞིག་གསོ་བྱེད་བཞིན་བསྐྱད། འཁོར་ཐག་མཐུད་བྱ་བ་མ་ཐག་རྒན་པོ་དེའང་ཁོའི་ཉེ་སར་བསྐྱབས་ཟིན། ཆ་
 ཡོད་ཅིག་དུ་སྒྲུང་ཡང་སྟ་ཡིན་ཆ་མ་འཛུལ། ཁོས་འདྲང་རྒྱག་མེད་པར་“རྒན་པོ་བྱུང་གང་དུ་འགྲོ་”ཞེས་
 དྲིས། རྒན་པོ་དེས་ཅི་ཡང་མི་བཤད་པར་ཁོ་ལ་རྟ་ཞོར་བྱང་སོང་། དེ་ནས་ཡར་ཅུང་ཙམ་སོང་རྗེས་སྒྲོ་བྱར་
 དུ་ཁོའི་སེམས་སུ་འཛུབ་སྒྲུང་ཞིག་སྒྲེས་ཏེ་ཕྱིར་བཞུགས་ཤིག་བྱས་པས་རྒན་པོ་དེ་འཇའ་ཡལ་བ་ལྟར་གར་
 སོང་ཆ་མེད་དུ་གྱུར། དེ་ནས་ཐུར་ལས་ལྷག་པའི་དངངས་སྒྲག་ཚད་མེད་ཅིག་སྒྲེས་ཏེ་མཐུགས་སུར་ངང་
 ཁ་ཡར་འཁོར་ནས་སྒྲོས། ལུང་བ་དེའི་སྒྲུང་ཙམ་ལ་ཐོན་དུས་སྒྲོ་བྱར་དུ་སྒྲོག་འོད་ན་ཐུར་གྱི་རྒན་པོ་དེ་རྟ་
 ལས་བབས་ཏེ་ལམ་བྱར་ན་བསྐྱད་ཡོད་པ་མཐོང་འཕྲུལ་ཁོ་དེ་རྟ་མེད་དུ་བརྒྱལ་སོང་། དེ་ན་པ་སོས་སྐབས་
 བར་ཆར་དུས་ཚོད་བྱེད་ཙམ་འཁོར་ཏེ་གནམ་ལ་སྐར་མ་ཡང་བྲ་ལམ་མེར་བཟ་འདུག་ལ། ད་དུང་འཕྲུལ་
 རྟའི་ཞིག་སྒྲུ་ཡང་མ་ཆད་པར་ཡོད། ཐེལ་འཛུབ་ཀྱིས་འཕྲུལ་རྟ་ཞོན་ནས་སྐར་ཡང་བྲོས། བྱིས་དུ་ཐོན་དུས་
 ད་དུང་སྒྲག་སྒྲེ་སྒྲིང་འཕར་ནའང་བཟའ་མི་ཚོ་དྲགས་མི་བདེ་བར་སེམས་ནས་མ་བཤད། མ་རྒན་གྱིས་ཁོ་
 མི་བདེ་བར་མཐོང་ནས་“ད་དུང་ལུས་འདར་ནས་དེ་ཙམ་འཁྱུག་བྱུང་ངམ”ཞེས་དྲིས། ཁོས་“འཁྱུག་བྱུང་།
 བར་ཆར་ཆ་བ་ཕྱག་ཡོད་འདྲ།”ཞེས་ལེན་བསྒྲོགས། ཉལ་ཁ་ཡང་སྔོང་མི་བཟོད་པའི་སེམས་ཁྲལ་དང་རྣམ་
 རྟོག་སྒྲིམ་ཀྱང་ལྷ་རྒྱུགས་བྱས་ནས་སུ་ཡའང་མ་བཤད་པར་གསང་། དེ་ནས་གཉིད་མི་ཁྱུག་པ་མ་ཟད་རྒན་
 པོ་དེའི་བྱ་བྱེད་དག་ཡིད་ལ་ཤར་ནས་སྒྲག་སྒྲུང་མ་ཡལ་བར་ནམ་བྱེད་ཡོད། མཚན་གྱིང་ཙམ་ལ་ཁང་བའི་
 བང་དུ་འོད་འདྲ་མེན་འཆར་བ་སོགས་མི་ལེགས་པའི་ལྷས་ངན་པ་འགའ་བྱུང་བ་ཡང་ནང་མི་ཀུན་གྱིས་
 མཐོང་། དེ་ནས་ཁོས་མ་བཟོད་པར་ཨ་པར་བོས་ཏེ་ཁོའི་མཐོང་རྒྱལ་དག་གཅིག་གཅིག་གཉིས་གཉིས་བྱས་
 ཏེ་ཐམས་ཅད་ཨ་པར་བཤད་པ་ན། ཨ་པར་མི་ལེགས་པ་རེ་བྱུང་ན་ཐང་ཟེར་ནས་སྐབས་འགྲོ་འདོན་ཞོར་
 རྒྱག་བདུག་རེ་བྱས། ལུ་ཡའང་སྐབས་འགྲོ་དང་སྒྲོལ་མ་འདོན་དུ་བརྒྱག་ དེ་ནས་ཁོ་ཅུང་ཙམ་གཉིད་དུ་
 ཡུར་སོང་། རམ་སྒྲུང་ཁོའི་ཁོག་ནས་ན་རྒྱག་དུག་པོ་ཞིག་ཡངས་ནས་རྒྱག་དུ་འབྱེན་པ་སོས་པས་བཟའ་མི་

ཚོས་བསྐོར་ཏེ་བསྐོར་བས། རིམ་གྱིས་ན་ཟུག་ཆེ་ཏུ་སོང་ནས་བྱིམ་མཚེས་མི་ཁ་ཤས་ཀྱང་བོས་ཏེ་ཡུལ་ཚོའི་
སྤྲན་ཁང་དུ་བསྐྱལ། དེ་ནས་སྤྲན་པ་ཚོས་ནད་ངོས་མ་ཟེན་པར་ཅི་བྱ་གཏོལ་མེད་དུ་གྱུར་ཏེ་ཟླ་མའི་ཕྱག་
མོ་དང་ཐུགས་དགོངས་ལྟར་རྒྱུ་སྤྲན་ཁང་དུ་སོང་། ཟླ་བ་གཅིག་གཉིས་ལ་སྤྲན་ཁང་དུ་བཟུང་ནས་ཅུང་
ཐེ་དགར་སོང་ཡང་། མཚམས་རེར་ཕྱོན་མཐོང་བའི་མི་ཅན་དེ་དབར་ན་ནད་གཞི་རེ་ཕྱིར་བྱུང་འགོ་བས།
མཐར་ནད་དེའི་སྤྱི་ལོ་ཚེ་ལས་འདས་སོང་ཟེར།

དོན་སྤྱི་དེ་བྱུང་ནས་ལོ་ངོ་ཁ་ཤས་འགོར་ཅུང་ས་སོང་དང་མཚན་མོར་བསོད་ནམས་དགེ་འཕེལ་གྱི་
བརྒྱུད་རིམ་གོ་ཐོས་ཡོད་པ་རྣམས་ལྷང་བ་དེའི་ཡས་མས་ནས་གཅིག་ཕྱར་རམ་མི་རེ་གཉིས་འགོ་མི་ཐུབ་
པའི་ཚོད་དུ་སོང་།

བཅར་འདྲི་བ། ཆེ་བརྟན་དོ་རྩེ།

བཅར་འདྲི་བྱེད་ས། བསོད་ནམས་དགེ་ལེགས།

ས་གནས། ཁམས་ཕྱེ་དགོ།

བཅར་འདྲིའི་དུས་ཚོད། 2016.2.1

འདྲེ་ཕྱིང་གི་སྐོར།

འབའ་འཇམ་དབྱངས་ཀྱི་ཚོམ་ཚོ་སྒྲོ།

སྒྲིང་གཞི།

དེང་སྐབས་འདྲེ་ཡོད་པར་བཤད་ན་ཆང་མ་ཡིད་ཆེས་མི་ཐུབ་པའི་གནས་སུ་མཆིས་མོད། འོན་ཀྱང་
 ཐེངས་འདིར་བདག་གིས་ཀླན་རབས་པ་འགའ་ཞིག་གིས་དངོས་སུ་མཐོང་ཚུང་བའམ་ཐོས་ཚུང་བ་དག་
 གཤམ་གྱི་བཅར་འདྲི་བརྒྱད་ནས་ལྷ་འདྲེ་གཤོན་བཞག་གིས་གྱི་སྐོར་ལ་ཅུང་ཟད་བཤད་རྒྱ་ཡིན། དེང་སྐབས་
 འདྲེ་མཐོང་ཚུང་བའི་མི་ཉ་ཅང་དཀོན་པོ་ཆགས་འདུག་ནའང་མ་མཐོང་ན་མེད་པས་ཁྱབ་བ་གཙོད་བ་ནི་
 འོར་འབྱུལ་ཞིག་སྟེ། གནའ་བོའི་ཀླན་རབས་པ་དག་གིས་མཐོང་ཚུང་བའི་སྐོར་གྱི་གདམ་རྒྱུད་ཀྱང་མང་པོ་
 བཤད་རྒྱ་ཡོད། བདག་གིས་བཅར་འདྲི་བྱེད་ཡུལ་གྱི་ཀླན་པོ་ཁོང་ལ་ཅུང་བཞེས་ནའང་རིག་པ་ཉ་ཅང་
 ལྷུང་བས། ཁོང་གིས་ཐོས་ཚུང་བའི་འདྲེ་སྐྱེད་ཞིག་བཤད་ན། ལྷ་ཡོད་ས་ན་འདྲེ་ཡོད་ཅེས་པའི་དཔེ་ལྷར་
 འདྲེས་མི་རྣམས་ལ་འཇིགས་སྐྱེད་ཆད་མེད་སྟེ་ཅུ་འབྲུག་པ་དང་ཡང་ན་ཤི་བོའི་རྣམ་ཤེས་བར་དོར་འབྱུམས་
 སྐབས་སྟེ་བ་ལེན་མ་ཐུབ་པར་འདྲེ་ཅུ་ལྷུང་པ་སོགས་མང་པོ་ཡོད།

འདྲེ་ཕྱིང་གི་སྐོར་ཅན།

ཡུལ་གསེར་ཁང་གི་ཤིང་བཅོ་བྱ་ཏྲ་ཆང་ལ་རྒྱན་དུ་ཕྱིང་སེར་གྱོན་པའི་ཟུ་བ་གཉིས་ཡོང་གིན་འདུག་
 ནའང་། ཁོང་ཆང་གི་བྱ་མོས་མ་གཏོགས་གཞན་སུས་ཀྱང་མཐོང་མི་རུས་པར་མ་ཟད། དུས་རྒྱུན་བྱིས་དུ་
 ཡོང་ནས་ཅ་ལག་སོགས་ཁྱེར་འགྲོ་ལ། ཉིན་ཞིག་ལ་ཟུ་བ་དེ་གཉིས་ཀྱིས་ཐོས་བྱ་ཞིག་འཁྱེར་གྱིན་ཡོད་ཀྱང་
 ཐོས་བྱ་གཅིག་ལ་ལས་གཞན་ཅི་ཡང་མཐོང་རྒྱ་མ་ཐུང་། ཕྱིང་སེར་གྱོན་པའི་ཟུ་བ་དེ་གཉིས་ཀྱིས་བྱ་མོ་
 དེར་ཁྱེད་ཀྱིས་གཞན་ལ་མ་བཤད་དང་དེད་གཉིས་ཀྱིས་ཁྱེད་ལ་དངོས་པོ་ཞིག་སྟེར་ཟེར་ནས་ཇ་བག་ཆ་
 གཅིག་བྲི། ཉིན་ཞིག་བྱ་མོས་ཅུ་སྐོར་ཆོད་དངོས་པོ་སོགས་འཁྱེར་མཐན་གྱི་མི་དེ་འདྲ་གཉིས་རེད་འདུག་
 ཅེས་བཤད་མ་ཐག་སྐོར་བྱ་དུ་བྱ་མོ་དེ་བརྒྱལ་སོང་། རྗེ་མི་ཆང་མ་ཡང་སྐྱག་ནས་དཔེ་སྟུན་གྱི་སྐྱེ་མ་རེབ་
 གོང་ན་ཡོད་པ་དེ་ཁོང་ཆང་ལ་གདན་དྲངས་ཤིང་། ཁོང་ཆང་གིས་བྱིས་ཆང་རེ་རེའི་སྐོར་ཁར་འདོགས་རྒྱུའི་

ལྷ་འདྲེའི་བཀའ་ཤོག་དེ་གནང་བ་ནས་བཟུང་མི་དེ་གཉིས་ཡང་མཐོང་རྒྱ་མེད་པར་གྱུར་སོང་།

འདྲེ་རྒྱུད་གཅིག

གསེར་ཁང་གི་མི་ཕམ་དགའ་བའི་སྒོ་གྲོས་ཚང་གི་མདུན་འདུག་པ་དེ་ཉིན་ཞིག་རྒྱ་ལེན་དུ་འགྲོ་སྐབས་
 མི་ཕམ་དགའ་བའི་སྒོ་གྲོས་ཚང་གིས་ཁོང་གི་བསྐྱེན་ཐོགས་ནས་སོང་དང་དེ་རིང་ཁྱོད་འདྲེར་ཐུག་ན་ཐང་
 རྒྱ་མེད། གལ་ཏེ་ཁྱོད་ལ་ངན་བྱེད་ན་རྒྱག་མི་ཉན་འདི་མི་ཕམ་དགའ་བའི་སྒོ་གྲོས་ཚང་གི་བསྐྱེན་ཡིན། རྒྱག་
 ན་ཐང་ཞེས་ཤོད་དང་ཁྱོད་ལ་གཞོད་པ་མི་སྐྱེལ་ཞེས་གསུངས། དེ་ནས་མདུན་འདུག་པ་དེ་རྒྱ་ཁར་སོང་
 ནས་རྒྱ་ལེན་པའི་སྐབས་སྒོ་བྱར་དུ་སྒྲ་གཞན་དང་མི་འདྲ་བ་ཞིག་གསལ་བྱུང་། སྐབས་དེར་ལག་རྟེན་འཛིན་
 པའི་མི་གྲོལ་བོ་ཞིག་སྒོ་བྱར་རྒྱར་མངོན་བྱུང་། ཐག་རྟེ་སར་ཐོན་ལ་རྟེ་བའི་དུས་དེར་ཁོས་སྒྱུར་དུ་བསྐྱེན་
 ལག་ཏུ་བཟུང་ནས་རྒྱར་ལ་མ་ཡོང་ངས་རྒྱག་ན་ཐང་ཞེས་བཤད་པས་མི་དེ་ཡང་རྟེ་སར་མ་བཅར། དེ་མ་
 ཐག་རྒྱ་མོ་རྒྱབ་ཏུ་ཁྱུར་ནས་བྱིར་ལོག་སྟེ་ཁོང་ཚང་ལ་དེ་རྒྱར་ཁྱས་པ་ན། ད་ལྟ་ཁྱ་ཚང་ལ་ཡོང་གིན་ཡོད་
 དམ་ཞེས་གསུངས་བཞིན་མགོ་བོ་ཡར་དཀྲུག་ནས་སྒྱུན་བྱང་ཅུ་མ་ཅུ་མ་བྱས་ཏེ་འདུག དུས་དེར་མདུན་འདུག་
 པས་སྒོ་ཚང་མ་གཏད་ན་འང་དེ་དག་གང་ལ་མ་ཐོགས་པར་ནང་དུ་བསྐྱབས་བྱུང་། སྐབས་དེར་ཁོང་ཚང་
 གིས་ལག་པས་ཐལ་མོ་སྒྱུར་ནས་རྒྱང་ཅུ་མ་བསྐྱང་ཆེས། མི་གྲོལ་བོ་ལག་རྟེན་འཛིན་མཐན་དེ་མར་ཅོག་ཅོག་
 བྱས་ནས་འདུག་མོད། ཕར་བརྟུས་ཚོད་ཀྱིས་ཁོ་འཐད་ཀྱིན་མེད་པ་གསལ་བོར་ཤེས། ཁོང་ཚང་གིས་མང་
 བོ་ཞིག་གསུངས་ཤིང་། དེ་ཆེས་མི་དེ་ཁ་བྱིར་འཁོར་ནས་འགྲོ་སྐབས་ལག་རྟེན་ས་ལ་དེབ་ཅུ་མ་བྱས་པས་ས་
 འགལ་བརྒྱགས་པ་ལྷ་བུའི་སྤྱང་བ་ཞིག་ལ་ལེར་འཆར་ན་འདྲ། གཞོད་པ་ཅི་ཡང་སྤྱིད་མ་བྱས། ཆེས་སུ་
 ཡང་ར་རྒྱར་སོང་ནས་སྒྱུ་ཕྱོགས་ཨ་རྒྱ་ཚང་བར་སྒོར་ལ་ཕེབས་སྐབས་སྤྱིད་པར་ཐེར་འདྲད་ཅིག་བྱས་པས་
 ན་རྒྱག་མ་བཟོད་པར་གཟན་ལྷག་གིས་བརྒྱབ་སྟེ་བྱིའི་རྒྱ་མཚོའི་པ་རོལ་དུ་འཕང་སོང་། དེ་རྒྱར་ལོ་མང་བོ་
 ཞིག་འགོར་བའི་ཉིན་ཞིག་ཡང་ར་རྒྱ་བསྐྱེག་རྒྱ་ཡིན་ཟེར་ནས་ཐོན་བྱུང་། སྐབས་དེར་ཨ་ལག་ཚང་མ་མེད་
 པར་མ་བད། རྒལ་ཆེན་བཞིའི་ནང་གི་གཅིག་མ་གཏོགས་མེད་མོད། རྒལ་ཆེན་ཏེ་སྤྱིར་དགོན་པ་ལ་དེ་
 འདྲའི་ཤ་ཚ་བོ་མེད་ན་འདྲ། ཉིན་དེར་ཁོང་ཁྱོར་བ་དུ་འཁྲུགས་ཏེ་ཟླ་ཚང་ལ་ཐིག་དམོད་བྱེད་པའི་སྐབས་
 དེར་སྤྱང་མ་ཞིག་འཕུར་ཡོང་ནས་གསོལ་པོར་ཁ་ལ་བབས་པས་ཁོང་ཚང་གིས་སྤངས་ཏེ་ཚུམ་པའི་ནང་དུ་
 བཞག་ནས་ཕར་གྱུ་བཅུན་མོའི་རི་ངོས་སུ་འཕང་པས་ཡར་ལངས་མ་ཐུབ་པར་ཡུན་རིང་ཞིག་འགོར་ཆེས་

དེ་དོས་སྒྲུབ་ཀྱི་ཞིག་འགྲེལ་ལོག་གྲུབ་ནས་ཅམ་པས་བཅོས་པའི་འཆང་བྱ་དེ་བཅག་པས་ད་གཞོད་ཁོ་ཡར་
ལ་ལངས་ཐུབ་སོང་། དེ་ནས་བཟུང་ར་རྒྱར་གཞོད་པ་ཅི་ཡང་བྱེད་མ་ཐུབ་པས་ཁོ་ཡང་ས་ཆ་གཞན་ཞིག་
དུ་ཆས་སྐབས་ར་རྒྱའི་ཐུ་བ་ཞིག་དང་འབྲུད་ནས་མཉམ་དུ་འགྲོགས་ཏེ་དན་གཅིག་ཀྱང་མ་བྱས་པར་ལྷ་
སར་སོང་། ལྷ་སར་འབྱོར་ལ་ཉེ་བའི་སྐབས་དེར་ཁོ་བཟུང་ནས་ཐུ་བར་ཁྱོད་གལ་ཏེ་རེན་པོ་ཆེ་ཆང་ལ་
མཇལ་དུས་ང་དང་འགྲོགས་ནས་ཡོང་བ་གཏན་ནས་བཤད་མི་ཉན་ཟེར། དེ་ནས་ཐུ་བ་དེ་རེན་པོ་ཆེ་ཆང་
ལ་མཇལ་སྐབས་ཁོ་ལ་རྟེན་ཞིག་གཞན་རོགས་ཞུ་ཞུས་པ་ན་ཁྱོད་ལ་འགྲོགས་རོགས་ངན་པ་ཞིག་ཡོད་དམ་
ཞེས་གསུང་བས་ཆང་མ་དང་མོར་བཤད་པ་ན་ཁྱོད་སྐྱག་མི་དགོས་ཁྱོད་ལ་གཞོད་པ་ཅི་ཡང་མི་བྱེད་པར་
ཁྱོད་ལུལ་ལ་འགྲོ་ཐུབ། ཡིན་ནའང་རྟེན་ཁྱེད་ན་ཁྱེད་གཉིས་མི་འགྲིག་ཁྱོད་ལ་ལུལ་དུ་བསྐྱལ་བ་ན་ཁོ་ཡང་
ཁྱོད་དང་ཁ་བྲལ་ནས་ལུལ་གཞན་ཞིག་ལ་བྱུང་འགྲོ་གསུངས། དེ་ནས་ཁོ་གཉིས་མཉམ་དུ་ར་རྒྱར་འབྱོར་
ཐུབས་ཡོད་སྐབས་སོ་སོར་གྲུས་ཏེ་ཁོ་ཡང་གི་རྟེ་དགོན་པར་སོང་ནས་དགོན་པའི་འདྲི་ཁང་གསར་བ་ལས་
བཞིན་ཡོད་པས། འདྲི་ཁང་གི་ཤིང་བཅོ་ཡོད་སར་སོང་ནས་གི་རྟེ་ཆང་ལ་སྐུལ་ཏེ་འདྲི་ལྟར་ལས་ནི་མ་རེད་
ཟེར་ནས་ཤིང་མང་པོ་བཅའ་བས་པས། ཤིང་བཅོ་ཆང་མའི་དགོན་པའི་ལས་འཛིན་མི་སྣ་ཞིག་ལ་དེ་རྒྱར་
བཤད་པ་ན། ཡིད་མ་ཆེས་པར་གི་རྟེ་ཆང་ལ་ཁྱེད་ཆང་གིས་ཅིའི་ཕྱིར་ཤིང་ཆང་མ་བཅའ་བས་པ་ཡིན་ཞེས་
ཞུས་པས་ཁོང་གིས་ཤིང་གཅིག་ཀྱང་མ་བཅའ་བས་པ་མ་ཟད་ཤིང་བཅོ་ཡོད་སར་ཐངས་གཅིག་ཀྱང་མ་སོང་
གསུངས་ནས་སྐྱགས་བསམ་ཞིག་བཏང་རྗེས་དེ་ང་མ་རེད་ཡིན་ནའང་སྒྱུན་མེད་གསུངས་ནས། ཁོང་ཆང་
གི་ཕྱག་ཐོང་རེ་རེ་གང་ཡིན་སར་བཞག་ནས་སང་ཉིན་ཐོན་པ་ན་ཁོར་ཤོད་གསུངས། ཕྱིར་ཉིན་ཡང་ཤིང་
བཅོ་ཡོད་སར་ཡོང་བའི་སྐབས་དེར་ཁོང་ཆང་བསྐྱེད་པས་པས་སྐྱག་ནས་བོས་ཀྱང་ཐོང་བ་རེ་རེ་གི་རྟེ་རེར་
འབྱུལ་ནས་འགྲོ་ས་འདུག་ས་མ་རྒྱུད་པར་བཟུང་ནས་དམ་ལ་བཏགས་སོ།

བཅར་འདྲི་བྱེད་ས། མ་མ།

བཅར་འདྲི་བྱེད་མཐུན། འཇམ་དབྱངས་རྒྱ་ཚོ།

བཅར་འདྲིའི་ས་གནས། མཚོ་རྫོང་ལུལ་འབའ་རྫོང་རྒྱ་འབའ་སྐུ་མདྲོ་མེར་ཁུ་ཐེ་བ།

བཅར་འདྲིའི་དུས་ཚོད། 2015.6.8

ཀན་པོ་ལྷ་ནག་རིལ་དང་ལྷ་ནག་རིལ་

ཡེ་ཤེས་ཚོས་གསལ་སྤྲོད་ཀྱི་སྒྲིང་ནོར།

[ནང་དོན་གནད་བསྒྲུབ།] དེ་ཡང་འདིར་བརྗོད་པར་བྱ་བའི་གཞི་ཡུལ་མ་ཆུང་ལྷ་མེད་ཡུལ་གྱི་འདྲེ་སྤྲང་གསལ་
ཅན་ལྷ་ནག་རིལ་ཞེས་པ་ཡིན་ལ། འདིས་ནི་ཐོན་གྱི་ལོ་རྒྱུས་ལ་ཕྱིར་མེད་འཕེན་སྤངས་ཤིག་ལས་གཙོ་བོ་ཀན་པོ་
ལྷ་ནག་རིལ་གྱིས་འདྲེ་དང་གཞི་བདག་ལ་འབྲེལ་འདྲིས་བྱས་པའི་འཆོ་བ་དངོས་བསྟན་ཡོད།

འདྲེ་སྤྲང་དངོས་

མདོ་སྤངས་མ་ཆུང་ལྷ་མེད་ཡུལ་ཚོ་ཞེས་པའི་ས་དེ་ན་ལྷ་ནག་རིལ་ཟེར་བའི་རི་ཞིག་ཡོད་ལ། ས་དེར་ལྷ་
ནག་རིལ་ཞེས་འདྲོགས་དོན་ནི། རི་དེའི་གདོང་ཐོག་དུ་དེུ་འབྱུང་སྟེ་མས་གང་བ་ཞིག་ཡོད་ཅིང་ཕར་
བསྐྱས་ཆོད་ལ་འཕྲོག་པའི་ལྷ་ནག་ཅིག་དང་འདྲ། དེ་བས་ས་དེར་ཀན་པོ་ལྷ་གྲུ་ཐེ་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་མིང་
ལའང་ལྷ་ནག་རིལ་ཞེས་ཐོགས་། ཀན་པོས་ས་དེ་ནས་ལོ་མང་པོར་ལྷག་འཆོས་ནས་བསྐྱང་པས་ས་དེ་ལ་
ཡང་ལྷ་ནག་རིལ་ཞེས་ཐོགས་པ་རེད། ཉིན་ཞིག་ལ་ཀན་པོས་གནས་དེར་ལྷག་འཆོ་སྐབས་ཁོ་དང་ཐག་མི་རིང་
བའི་མཆོམས་ན་མི་ཞིག་ཉིན་གང་པོར་ཁོའི་ཕྱོགས་སུ་ཡོང་གིན་ཡོད་པ་མཛོང་མོད། འོན་ཀྱང་ཁོའི་འགྲམ་
དུ་ཐོན་རྒྱ་མ་བྱུང་བས་ཀན་པོ་ཁོའང་རྒྱང་མི་བདེ་བར་བཞོས་སོང་། དེ་ནས་ཉི་མ་རུབ་ལ་ཉེ་བའི་མཆོམས་
དེར་ཀན་པོས་ལྷག་རས་གུར་གྱི་མཐའ་ལ་བསྐྱོར་དེ་ཁྱིམ་དུ་སྤྱོད་སྐབས། རྒྱ་བྱར་དུ་སྤྱོད་ཆོད་མ་ཐུག་པས་
ཀན་པོ་དེ་མ་ཐག་སྐྱོར་བྱང་ནས་བསྐྱས་ཆོ། དེ་སྤྱོད་གྱི་མི་དེ་ཁོའི་རས་གུར་གྱི་འགྲམ་དུ་ཐོན་འདུག་སྐབས་
དེར་ཁོའི་སེམས་སུ་མི་མེད་ལུང་སྤོང་ཞིག་ན་བྱང་མེད་ཅིག་མགྲོན་པོར་ཡོང་རྒྱ་མེད་སྐྱམ་ནས་ཀན་པོས་
ཐུར་དུ་སྤྱོད་ཆོད་མ་མའི་སྤྱིང་དུ་བཏང་བ་ན། མོས་མགོ་སྤྱོད་སུམ་རའི་ནང་ནས་བབྱང་ལྷེ་སྐྱོར་བ་ཞིག་
བྱས་པས་ཁྱི་གཅིག་ཀྱང་མའི་གསལ་དུ་འགྲོ་མི་ཡོད་པར་གྱུར། དེ་ནས་བྱང་མེད་དེ་ཁོའི་གསལ་དུ་ཡོང་བས་
ཁོའི་སེམས་ལ་འདི་ནི་འདྲེ་རེད་སྟུང་སྟེ། དེ་མ་ཐག་རྟ་ལྷགས་སྤངས་ནས་བྱང་མེད་དེར་དང་ཀན་པོ་ཅང་
མེད་དབུལ་བོ་ཞིག་གི་གསལ་ལ་ཡོང་ནས་ཅི་བྱེད་ཟེར་ནས་རྟ་ལྷགས་གྱིས་བྱབས་པའི་མཆོམས་ཤིག་ལ་བྱང་
མེད་དེ་བཅས་འདུག་པའི་རྣམ་པ་ཞིག་བསྟན་བྱུང་། དེ་ནས་ཁོས་སེ་ཁྲོན་བྱ་མའི་ཕྱོགས་སུ་མཛུབ་མོ་བསྟན་

ལ་ཡོང་སྟེ། ཁོ་ཚོས་བཤད་རྒྱུ་རས་གུར་ནང་དུ་སྐྱེན་ངོས་བྱུང་བས་ཁྱོད་ཀྱི་ནང་དྲག་རྒྱ་རེད་ཅེས་བཤད་
བྱུང་། དེ་ནས་ཁོས་ཉེ་མི་ཚོར་མདང་དགོང་ང་ཨ་སྒྲུའི་སྐྱེན་ཁང་ནང་ལ་བྲིད་མོད། འོན་ཀྱང་སྐྱེན་ཁྱེད་
ཅམ་མ་གཏོགས་ངས་འཁྱུང་མ་ཐུབ་པས་ཀྱན་པོ་ང་དུས་ཡུན་རིང་པོ་ཞིག་ལ་གསོན་ཐུབ་རྒྱ་མ་རེད་ཅེས་
བཤད། དེ་ནས་སྐྱེན་ག་རིལ་ཐེར་བའི་ཀྱན་པོ་དེ་ལོ་གཅིག་གི་རྗེས་སུ་ཆོ་ལས་འདས་སོང་། ཀྱན་པོ་འདི་ནི་
འཇིག་རྟེན་སྒྲེང་འདྲེ་དང་གཞི་བདག་ལ་མངོན་སུམ་དུ་འཕྲད་ཚུང་བའི་མི་བྱད་པར་བ་ཞིག་ཡིན་ནོ།

བཅར་འདྲི་ཕྱེད་ལ། མངས་ང་།

ས་གནས། མ་རྒྱུ་རྩོད་མ་ཁྱུག་རྟ་རའི་རྩ་ཁག་གཉིས་པ།

བཅར་འདྲི་དུས་ཚོད། 2015.6.8

དྲ་མའི་ཕྱི་རོལ་གྱི་ཁོག་སྟོང་།

ར་སྐལ་རིག་འཛིན་ཚེ་རིང་། ཉེ་རྒྱུ།

[ནང་དོན་གནད་བསྟུན།] འདྲེ་རྒྱུ་འདི་ནི་དངོས་སུ་བྱུང་བའི་གནས་ཚུལ་དོ་མ་ཞིག་ཡིན་ལ། ར་རྒྱ་ཚན་གྱི་ཐེ་
བའི་མི་ཞིག་ལ་ནད་ཅིག་བྱུང་ནས་སྤྲོན་ཁང་དུ་སྟོང་སྐབས། ཁོའི་ནད་གཡོག་གིས་དངོས་སུ་མཐོང་བའི་གནས་
ཚུལ་དེ་མདོར་བསྟུས་ཤིག་བྲིས་ཡོད།

གཏམ་རྒྱུད་དངོས།

ཉིན་ཞིག་གི་དགོང་མོར་ང་ཚོས་མཉམ་དུ་རྒྱབ་ཚེ་འཁྱུང་བཞིན་བའི་སྐབས་དེར་ཁ་བདེ་འདྲ་མིན་བྱེད་
ཞོར་བཤད་ཚུགས་ཤིག་གིས་སྤྲོན་ཁང་གི་སྒོར་ཞིག་སྟེང་སོང་ལ། དེ་ནས་ཨ་ཁུང་ངས་བྱེད་ཅག་ལ་ང་རང་
གིས་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བའི་གཏམ་རྒྱུད་ཅིག་བཤད་ཟེར། དེ་ནི་མོ་ངོ་གསུམ་གྱི་ཡར་ཐོན་གྱི་དགོང་མོ་
ཞིག་རེད། དགོང་མོ་དེར་ངས་སྤྲོན་ཁང་ནང་དུ་ནད་པ་ཞིག་བྱུང་ནས་བསྟེན་ཡོད། མཚན་མོ་དེར་སྤྲོན་
ཁང་ནང་ཡོངས་སུ་སེམ་མེར་འདུག་ལ་ནད་ཁང་དུ་འང་འདྲེ་གཉིས་མ་གཏོགས་མི་གཞན་གཅིག་ཀྱང་མི་
འདུག་པས་ང་རང་ཅུང་མི་བདེ་བར་གྱུར། ཡིན་ནའང་ཁོས་ཅི་ཡང་མི་ཚོར་བར་གཉིད་འདུག་ང་ཁོའི་གམ་
དུ་བསྟེན་དེ་ཁ་འདོན་རེ་བྱེད་ཞོར་ང་ཡང་གཉིད་དུ་ཕྱར་སོང་། ཅུང་ཙམ་འགོར་རྗེས་རྒྱུང་བུ་ཤུར་ཤུར་
རེ་ཐུང་ནས་ང་རང་གཉིད་ལས་བསྐངས་སོང་། སྐབས་དེར་བར་འབྱམས་སུ་སྟོག་འོད་གསལ་ལ་མི་གསལ་
བ་ཞིག་ཡོད་པས་ནད་ཁང་གི་སྒོ་ཕྱིས་འདུག་པ་མཐོང་བྱུང་། ངས་སེམས་སུ་ནད་གཡོག་རེ་ཡོང་བ་ཞེ་ཡིན་
སྟམ་བཞིན་སྒོ་བརྒྱབ་སྟེ་ཕྱིར་ནད་པའི་མཁྱིམ་སུ་ཡོང་ནས་ཁོའི་མལ་བུལ་ཡར་འཐེན་ཞོར་མིག་གིས་ལྟ་
ཚུགས་ཤིག་གིས་དྲ་མའི་ཕྱི་རོལ་དུ་མི་ཞིག་ཡར་ཡོང་བཞིན་པ་མཐོང་ནས་བསྟུས་བསྟེན་པ་ན། ཡར་ཐོན་
དུས་མིག་གཉིས་ལྡང་ཁུ་ཚན་གྱི་ཁོག་སྟོང་རྒྱུང་བ་ཞིག་རེད་འདུག། ངས་ཅི་ཡིན་སྟམ་ནས་སྟོག་བཀར་བ་
ན་གར་སོང་ཆ་མེད་དུ་གྱུར་པས། ང་རང་ཤིན་དུ་སྟག་སྟེ་རང་གིས་རང་ལ་འདི་ནི་མིག་འཕྱུལ་ཙམ་ཡིན་
སྟམ་ཞོར་སྟེའི་ཐོང་བ་བྱུང་ནས་ལག་ལ་བཟུང་མ་ཐག་སྟོག་ཀྱང་སྟོ་བྱུར་དུ་གཟིམས་སོང་། ཐོན་གྱི་ཁོག་
སྟོང་དེ་ཉག་ཉག་དྲ་མའི་ཕྱི་རོལ་ན་འབྱེད་འདུག་ལ་རིམ་གྱིས་དྲ་མའི་འགྲམ་དུ་ཐོན་ནས་ཤེལ་དོས་ལའང་

མི་ཐོགས་པར་མགོ་བོ་ནང་དུ་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཡར་བཞུ་མར་བཞུ་ལག་ལྟེན་གྱི་དལ་མོར་ངའི་ཕྱོགས་སུ་
ཐོན་པ་དང་ནད་པས་ཀྱང་གཉིད་གོང་དུ་ང་མ་འབྱེད་ང་མ་འབྱེད་ཞེས་ཀྱི་འདེབས་རྟོས་འདེབས་ལག་ལྟེན་
བྱས་ཏེ་མལ་ས་ནས་དངང་མེད་དུ་ཡར་ལངས་བྱུང་། ཁོག་སྤྱོད་དེས་དེད་གཉིས་ལ་ལྷ་བཞིན་ཐག་ཇེ་
ནས་ཇེ་ཉེ་རེད། ང་རང་ཉ་ཅང་སྐྱལ་ནས་ལག་པ་འདར་ཞིང་རྒྱུ་བས་ས་མི་ཐོན་པ་ལྷར་གྱུར་པར་མ་ཟད།
སྤང་བ་ཞིག་ལ་མགོ་བོའི་སྤྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་ཚང་མ་ཡར་འབྱེད་བ་ལྷ་བྱར་གྱུར་པས་གྱུར་དུ་མིག་བཅུ་མ་ནས་གཟུངས་
སྐྱལ་དང་དགོན་མཚོག་གསུམ་ལ་གསོལ་འདེབས་རེ་བྱེད་འདོད་ཀྱང་། ཡ་ཁ་མ་ཁ་གཉིས་འཆིང་ནས་
འགྲལ་མི་བྱབ་པ་ལྷར་བྱར་གྱུར། ད་ནི་ཅི་བྱ་སྐྱེམ་དུས་ཁོག་སྤྱོད་དེ་གམ་དུ་ཐོན་འདུག་ལ་ཐོན་གྱི་གཟུགས་
ལས་ཀྱང་འཛིགས་སུ་ཅུང་བ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་འདུག་སྟེ། སྤང་ཁུང་ཡང་ཅུལ་འདུག་པར་མ་ཟད་བྱེ་བྱུལ་བ་ཞིག་
དང་ཀྱན་ནས་མཚུངས། སྐབས་དེར་ང་རང་སྐྱལ་སྟེ་ཕྱིར་རྒྱར་ཅམ་བྱས་ནས་ས་ལ་འབྱེད་སོང་། སྤང་བྱར་དུ་
སྐྱོག་ཀྱང་བཀར་བྱུང་ལ་ནད་པ་ཡང་མལ་ས་ན་ལོག་ནས་དལ་ཅག་གེར་གྱུར་ཏེ། ནད་ཁང་གི་སྤོ་བརྒྱབ་
འདུག་པར་མ་ཟད་རས་བྱག་གི་ཡུ་བ་ཞིག་གིས་གཏད་འདུག ཉིན་དེ་ནས་བཟུང་སྤང་ཁང་དེའི་ནང་ལ་
འགོ་རྒྱ་ནི་པར་ཞོག་ཐ་ན་ཐག་ཉེ་སར་བཅར་རྒྱ་ཡང་ཉ་ཅང་དཀའ་བར་སྤང་བའི་ཚོད་དུ་འདུག ཨ་ཁུས་
དེ་ལྷར་བཤད་མ་ཐག་ང་ཚོས་གཅིག་གིས་གཅིག་གཏད་དེ་འདུག་ལ། དེ་མ་ཐག་རང་གི་རྒྱབ་ཕྱོགས་སུ་
ཡང་ལྷ་བཞུར་ལྷ་བྱེད་དགོས་པའི་སྤང་བ་ཞིག་ངང་གིས་སྐྱེས་བྱུང་། དེ་ནས་བཟུང་རྟག་པར་ས་སྤོང་གི་དུས་
སྤྱི་མའི་བྱེ་རྩལ་ནས་འཛིགས་སུ་ཅུང་བའི་ཁོག་སྤྱོད་དེ་མཚོང་ཡོང་སྐྱེམ་ནས་ཤིན་ཏུ་སྐྱལ་ལ། ཐ་ན་ང་
མའི་ཉེ་སར་འགོ་རྒྱ་ཡང་ཉ་ཅང་སྐྱལ་བའི་ཚོད་དུ་འདུག

བཅར་འདྲི་བྱེད་ཡུལ། ཀེ་ཐོ་སྐྱབས།

བཅར་འདྲི་བྱེད་མཐའ། རིག་འཛིན་ཆོ་རིང་། ས་གནས། ར་རྒྱ།

ལས་རིགས། སྤོབ་མ།

བཅར་འདྲིའི་དུས་ཚོད། 2016.3.30

འདྲེ་དང་མིའི་བར་གྱི་བརྟེན་བཞག་

རྟ་མགོན་དབང་ཕྱུག་མེ་ཆེན་པོ།

དེ་ཡང་འཕྲོག་པའི་ས་ཁུལ་ཞིག་ཏུ་བཟའ་མི་གསུམ་ཅན་གྱི་ཁྱིམ་ཚང་ཞིག་ཡོད་ལ། གན་ཚོན་གཟའ་
 རྒྱ་གཉིས་དང་བྱ་མོ་གཅིག་བཅས་ཡིན། གན་ཚོན་གཉིས་ལོ་ན་རྒྱུད་མཚོ་བས། བྱ་མོ་གཅིག་ལས་བརྟེན་ས་
 གཞན་མེད་སྟབས་བྱ་མོར་མག་པ་ཞིག་འཛོག་རྒྱ་ཞེས་ཨ་མས་རང་གི་བྱ་མོར་བཤད་པ་ན། མོ་རང་མོ་ལོ་
 ཉེར་ལྔ་ལོན་ཡོད་ན་ཡང་མི་འཐད་པའི་རྣམ་འབྱུང་མང་པོ་བརྟན་སྟབས། ས་མ་གཉིས་ཀྱིས་ཀྱང་ཡང་དང་
 བསྐྱར་དུ་རེ་བ་མ་བཤད། ཕྱི་ཉིན་དགོང་མོར་ཨ་པ་ཆབ་གསར་དུ་སོང་ནས་ཕྱིར་ཡོང་སྐབས་བྱ་མོའི་ཁང་
 བའི་ནང་དུ་མི་གཉིས་ཀྱིས་སྐད་གསང་རྒྱུད་དམའ་བའི་རང་ཁ་བད་ཕྱེད་བཞིན་པ་ཐོས་པས། ཕྱིར་ལོག་
 རྒྱུ་རྒྱུད་མར་བཤད་པ་ན། མོ་ཏ་ཅང་དགའ་བ་སྦྱེས་ཏེ་ད་ནི་མག་པ་ཞིག་ལག་ལ་ཡོང་རྒྱ་རེད་ཟེར་བཞིན་
 རྒྱུ་ཁྱུང་ལས་སྒྲོར་བརྟེན་པ་ན། གསལ་ལ་མི་གསལ་བ་ཞིག་གི་ཁྲོད་ནས་བྱ་མོ་གསར་བྱ་སྟབས་ཆེན་ཞིག་
 གི་ལག་པར་འཇུག་ཏེ་བྱུང་སོང་། ཕྱི་ཉིན་ནམ་ལངས་མ་ཐག་བྱ་མོའི་ཁང་བའི་ནང་དུ་བརྟེན་དུས་བྱ་མོ་
 རྒྱར་བཞིན་གཉིད་འདུག་པས་ལ་མཆར་ཏེ། མདང་ལུབ་བྱུང་བའི་དོན་དག་གི་བྱུང་རིམ་དག་དྲིས་ཀྱང་།
 མས་ཅི་ཡང་མ་བཤད་པས། ས་མ་གཉིས་ཀྱིས་ཀྱང་མི་ལམ་མིས་པ་ཡིན་ཁུལ་བྱས། ཡིན་ན་ཡང་སྤང་མེད་
 དུ་མ་བཏང་པར་ཡང་དང་བསྐྱར་དུ་བརྟག་མཐར། དུས་རྒྱུན་དེ་ལྟར་བྱིད་འགོ་བས་ཉིན་ཞིག་ལ་ས་མ་གཉིས་
 ཀྱིས་བྱ་མོ་ཉལ་རྒྱུ་མོའི་ཁང་བའི་སྒྲོར་ཟླ་ཞིག་བརྒྱབ་ཀྱང་། དེ་ལ་ཡང་མ་ཐོགས་པར་བྱིད་སོང་བས་གན་
 ཚོན་གཉིས་འཛིགས་སྐྱག་ཆེན་པོ་སྦྱེས་ཏེ་བྱ་མོར་ཡང་ཡང་དྲིས་ཀྱང་མས་ཅི་ཡང་མ་བཤད། ཉིན་ཞིག་བྱ་
 མོའི་ཨ་པ་རང་དགོན་པའི་སྤྲ་མ་ཞིག་གི་མདུན་དུ་སོང་ནས་ཁྱེས་བས། སྐ་རིམ་མང་པོ་ཞིག་བཅོལ་ཡང་
 ཁོས་ཕྱེད་ཙམ་ལས་མ་བསྐྱབས། དེའི་ཕྱི་ཉིན་ཡང་བྱ་མོ་བྱིད་སོང་བས། ས་མ་གཉིས་ལ་དེ་ལས་ཀྱང་
 འཛིགས་སྐྱག་ཆེ་ཙམ་སོང་། དེ་བས་བྱ་མོ་ས་མ་གཉིས་ཀྱི་ཐུས་མགོ་ནས་ཉལ་དུ་བརྟག་མོད། རམ་གུང་ཞིག་
 ལ་ཡང་ཐུས་མགོར་ཐོན་པ་ན་ཏ་ཅང་འཛིགས་སུ་རུང་བའི་སྟབས་ཀྱིས་མོའི་ཨ་མ་སྐད་ཅིག་ཉིད་ལ་བརྒྱལ་
 སོང་ལ། ཨ་པ་ཁོངས་ཁྲོ་དྲག་པོ་སྦྱེས་ནས་ཡར་ལངས་ཏེ་འབྲམ་གྱི་མགོ་སྒྲོར་སྤངས་ནས་འདྲེ་དེར་གཟུགས་

ནས་ཐེངས་མང་གཡུག་ཀྱང་། གཅིག་ཀྱང་མ་ཤོག་པར་མ་ཟད་རང་ཉིད་ཀྱང་ཐང་ཆད་ནས་སར་ལོག་དེ་
འཕལ་འདྲེ་དེ་སྒོ་བར་དུ་གར་སོང་ཆ་མེད་དུ་སྒྱུར། དེ་ལྟར་བྱ་བ་ཇ་དྲག་ཅན་ཞིག་གི་རང་ནམ་ལངས་
སོང་། དེ་རྗེས་ཨ་པས་བྱ་མོར་བཅན་གྱིས་འདྲེ་དེ་གང་ན་ཡོད་ཚུལ་སོགས་དྲིས་སྟབས། མོས་ཀྱང་མི་
བཤད་ཀ་མེད་བྱུང་བས། བྱ་མོ་ན་ཟེ། འདྲེ་དེ་པར་གིའི་རི་དམར་པོའི་ངོས་ཀྱི་བྲག་ལྷག་ཅིག་གི་ནང་དུ་
ཡོད་ལ། མཚན་མོ་མ་གཏོགས་མི་པལ་བ་ཞིག་གིས་ཁོ་རང་མཐོང་མི་ཐུབ་ཅེས་བཤད་པ་ན། མོའི་ཨ་པའི་
སེམས་སྟུ་མ་འོངས་པའི་བྱ་མོའི་བདེ་སྒྱག་གི་ཆེད་དུ་དཔའ་ཁེར་རྒྱུག་བྱེད་གོས་སྟུ་མ་ནས། འདྲང་བརྒྱབ་
ནས་རྩང་ཅམ་འགོར་རྗེས། ཁོ་རང་སྟུ་མ་ཉི་ཙུ་སོང་སྟེར་བྱི་དྲིའི་དུས་ཚོད་བཞི་ཡས་མས་སྟུ་ཡུལ་ལ་ལོག་
ཁོས་བྱ་མོ་དང་རྩང་མ་གཉིས་ལ་ཅི་ཡང་མ་བཤད་པར་གསང་བའི་སྒོ་ནས་འཆབ་འཆུབ་ངང་ཡར་སློག་
མར་སློག་བྱས་ནས་གི་རིང་ཞིག་སྐད་ལ་དྲངས། དེ་རྗེས་སྟུ་མ་དེ་ལག་དུ་བརྒྱབ་ནས། པར་གིའི་རི་བོ་དེའི་
ཕྱོགས་སྟུ་བྱད་སོང་། ས་རྒྱབ་ནས་རྩང་འགོར་རྗེས་བྲག་ལྷག་དེའི་འགམ་ལ་ཐོན་པ་དང་ཁོས་ལག་གི་སྟུ་མ་
ཚང་མ་བྲག་ལྷག་ནང་དུ་སྒྱགས་ཏེ་མེར་བསྐྱོན། རྩང་ཅམ་འགོར་རྗེས་ཨག་སྐད་འཛིགས་སྟུ་རྩང་བ་ཞིག་
ཡང་ཡང་བྲགས་པར་མ་ཟད་བྲག་ཅ་བརྒྱབ་ནས་རི་ཡང་འདར་དུ་བརྟུག་ལ། ཨ་པ་ཡང་སྐྱག་སྒྲུང་དང་
བཅས་ཡུལ་ལ་བློས། བྱི་ཉིན་ནས་བརྒྱབ་འདྲེ་དེ་ཡོང་རྒྱ་མེད་མོད། ཡིན་ན་ཡང་། བྱ་མོ་སྟུག་བཟལ་གྱི་དོང་
ལ་རྩུང་བས། དུས་དེ་ནས་བརྒྱབ་མོ་རང་སྐྱེས་པ་སྟུ་ཞིག་ལ་འང་མི་མཐུན་པར་མ་ཟད་བྱིས་པ་གཅིག་ཀྱང་
སྐྱེ་རྒྱུ་མེད་ལ། བཟའ་འཛོར་ཡང་ཐེངས་དུ་མར་བྱུང་ཞིང་མཐར་མོ་རང་ཡུགས་ས་མ་ཞིག་དུ་སྒྱུར།

བཅར་འདྲི་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུག

མཚམས་པ་བ་དང་ཐུགས་པ།

དོ་རྩེ་རིན་ཆེན། །ཐུག་དག་པོ།

སྒྲིབ་གཞི།

ང་ལ་མཚོན་ན་རྒྱུད་དུས་ནས་ས་མའི་མདུན་ནས་ཉྱ་རྒྱུད་འདྲེ་རྒྱུད་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཉན་ནས་ནར་སོན་
པ་ཞིག་ཡིན་པས། དེའི་རིགས་ལ་ཉ་ཅང་བག་ཆགས་ཟབ་མོ་ཞིག་འདུག དེ་བས་ཡུལ་ལྷང་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་
གི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་དངོས་རྒྱུད་གཏམ་རྒྱུད་ཅིག་ལ་ཉན་ནས་འདྲིར་བྲིས་པ་ཡིན།

གཏམ་རྒྱུད་དངོས།

ཐོན་གཡུ་ཡི་ཡུང་བ་ཟེར་བའི་ས་ཆ་ཞིག་ན། ཆན་པོ་ཞིག་བྲག་ཕྱག་ཅིག་གི་ནང་དུ་མཚམས་ལ་བསྐྱད་
པས་ཉེན་ཞིག་གི་ཕྱི་དོར། མོ་བྱར་དུ་སྐྱེ་འབྱེང་ཞིང་སོ་སོ་ཆེ་ལ་སྤེང་དུ་དྲེག་ཆགས་ཡོད་པས། མཐོང་ན་
རྒྱུག་ཁོ་ལ་འཇིགས་སུ་བྱང་བའི་ཐུགས་པ་ཞིག་བྲག་ཕྱག་ནང་དུ་རྩེ་ཉར་ཐོན་པ་འང་མ་ཤེས་པར་ངའི་སྒྲིབ་
བསྐྱགས་བྱུང་བས། དེ་ཕྱར་ངས་རྒྱུར་དུ་ཡིད་ལ་ཚོས་སྦྱོང་དང་མཁའ་འགྲོ་མང་པོ་བསྐྱོམས་ཀྱང་ད་དུང་
ཐར་བ་ཞིན་ངའི་སྒྲིབ་མ་སྦོད་པར་བསྐྱམས་པས་མཚམས་ཁང་ཡང་དམར་བའི་མདངས་དང་ཐུན་པ་ཞིག་དུ་
བྱུར་འདུག དེ་བས་ངས་རང་གི་རྩ་བའི་སྒྲིབ་མ་དམ་པ་དེ་ཉིད་ཡང་དང་བསྐྱར་དུ་བསྐྱོམས་པས་མཐར་
ཐུགས་ཆན་དེ་མས་པོག་སྟེ་ཨག་ཅིག་བཏབ་ནས་རི་གསེབ་ཀྱི་ནགས་ཚལ་དེའི་ཁྱིམ་ཚང་ཞིག་གི་ཕྱོགས་སུ་
བྲོས་སོང་། རྒྱུང་མ་འགྱུར་བར་ཁྱིམ་ཚང་དེར་ཆད་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་རི་མགྱུར་འགོས་ནས་མཚམས་ཁང་
ཕྱོགས་སུ་ཡོང་གིན་འདུག ཆད་པོ་དེ་མཚམས་ཁང་ལ་ཐོན་མ་ཐག་དུ་བྲེལ་འཁྲབ་ཀྱིས་ངང་ནས་མཚམས་
པ་བ་ལགས། ངའི་རྒྱུང་མར་སྒྲོ་བྱར་དུ་ན་ཆ་ཞིག་བྱུང་བས་དེད་ཆང་ལ་མེབས་དགོས་ཞེས་རི་ཉར་བཤད་
ཀྱང་ཁོས་ཁ་ལ་ཅམ་ཡང་མ་བྱས་པར་རང་གི་རྩ་བའི་སྒྲིབ་མ་གསོལ་བ་བཏབ་ནས་བསྐྱད་དོ།

ཉེན་འགའི་རྩེས་སུ་ཡང་བསྐྱར་ཆད་པོ་དེས་མཚམས་པ་བར་ཁོ་ཁོ་ཞིག་བསྐྱལ་ནས་ཡོང་སྐབས། མཚམས་
པ་བས་ཐོན་གྱི་དོན་དེ་དྲིས་མོད་ཆད་པོ་དེས་ཅི་ཡང་ཤེས་ཀྱིན་མི་འདུག

བཅར་འདྲི་བྱེད་སྐབས་ཐུག་པོ།

ས་གནས། དར་མཚོ་དཔལ་ཁ།

བྱང་སེམས་ཀྱིས་གདོན་འདྲེ་བཅུལ་བ།

ལྷགས་མཁར་ཆོ་རིད། རྩེ་གྲུ།

འདྲེ་སྒྲིང་འདྲིའི་བརྗོད་བྱ་གཙོ་བོ་མི་སྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་དུས་དང་ནམ་པ་ཀུན་ཏུ་བསམ་པ་བཟང་བོ་
བྱེད་ཆུང་དང་། དུས་རྟག་ཏུ་བསམ་པ་བཟང་བོ་བྱས་ན་ས་གང་ཞིག་ལ་སོང་ཡང་ས་དང་ལམ་བཟང་བ་
སོགས་བསྟན་ཡོད།

གནའ་ལྷ་མོ་ཞིག་ལ། ས་ཆ་ཞིག་ན་བྱིས་ཚང་ཕྱག་པོ་ཞིག་ཡོད། བྱིས་ཚང་དེར་མིང་ལ་བྱང་སེམས་
ཟེར་བའི་ཚོགས་ཇི་ཞིག་ཡོད། བྱང་སེམས་ནི་ལག་ལས་ཀ་འཛོམས་པའི་མི་རྒྱས་པ་ཅན་ཞིག་ཡིན་པས་བྱིས་
ཚང་དེས་ཀྱང་ཁོ་ལ་བཅི་བཀྱར་བྱེད་ལ་བདག་སྟོང་ཡང་བྱེད་པ་རེད། ལྷག་པོ་བཤམ་ནའང་ཁྱག་ཁྱ་ཕྱ་རེ་
ཁོ་ལ་སྟོ་ཁར་སྟེར་ལ་བྱང་སེམས་ཀྱིས་ཀྱང་དེ་བྱེད་ནས་ལྷག་འཛོ་བར་འགྲོ། ལྷག་དེད་ནས་འགྲོ་སའི་ལུང་
བ་དེར་ཆོ་མཚམས་ལ་བསྐད་ཡོད་པའི་མཚམས་པ་བ་ཞིག་ཡོད། བྱང་སེམས་ཀྱིས་ཁོ་རང་ཉིད་ལ་སྟོ་ཁར་
བྱིན་པའི་ཤ་སྟེ་ཁྱག་སྟེ་རེད་བྱེད་ཀ་ཞིག་མཚམས་པ་བ་དེར་བྱིན་ནས་བྱེད་ཀ་ཞིག་ཁོ་རང་གིས་ཚོས་ནས་
དེ་ལྟར་དུ་འཛོ་བ་རོལ་ཐབས་བྱས། ཉན་ཞིག་ལ་མཚམས་པ་བ་དེའི་སེམས་ལ་ཨ་ཡ་མཚན་ཚོགས་ཇི་གན་
དེ་འདྲའི་དབུལ་བོ་ཞིག་རེད། ཡིན་ནའང་ཁོ་མི་སེམས་བཟང་བོ་ཅན་ཞིག་ཡིན་ལྟ་བུ་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་
བཟང་ལན་བཟང་གིས་གཞུལ་དགོས་སྒྲུ་རེད་བསམ་ནས། ཉན་ཞིག་ལ། མཚམས་པ་བས་བྱང་སེམས་མདུན་
དུ་བོས་ཏེ་བྱོད་དངོས་གནས་ཞི་ལི་སེམས་བཟང་བོ་ཅན་ཞིག་རེད། ང་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་དད་པ་བྱེད་
མཁན་གྱི་མཚམས་པ་བ་ཞིག་ཡིན་པས་མ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་བདེ་ཞིང་སྦྱིད་ནས་བསྐད་ན་བསམ་ཀི་
ཡོད། དེ་འདྲ་ཡིན་ལྟ་བུ་འདྲི་བྱེད་ཀྱི་ཆོ་སྟོང་འདྲིའི་དབུལ་བོ་ཞིག་ཡིན་ནའང་ཆོ་སྟོང་ངས་བྱོད་རང་
ཚོགས་གང་ཅིས་ཐད་ནས་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པ་ཞིག་ཡོང་བའི་སྟོན་ལམ་འདེབས་ཀྱིན་ཡོད་ལ། བྱོད་ཀྱིས་
ཀྱང་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྟོ་ཆེ་གཅིག་སྦྱིས་ཀྱིས་སྦྱབས་འཇུག་ཞུས་ན་འགྲོ་སའི་ལམ་ལག་པོ་ཞིག་རྟེན་
ཐུབ་ཅེས་གསུངས། དེ་ནས་ཡང་མཚམས་པ་བས་འདང་ཞིག་བསྐྱབ་ནས་ཞི་ལི་འདྲི་བཟང་བོ་ཞིག་ཡིན་
ནའང་ཁོའི་སེམས་སྲ་ཁོ་ལ་སྟོ་རེ་བྱིན་པའི་སྒྲུ་མཚན་གྱིས་དེ་འདྲ་ཟེར་བ་རེད་བསམ་ནའང་ཐང་། ཁོའི་

སེམས་ནས་དང་པ་ཞིག་སྐྱེ་བར་འཇུག་ཐུབ་ན་བཟང་གི་སྐྱམ་སྐྱེ་མཚམས་པ་བས་བྱང་སེམས་ལ་སང་ཉིན་
 ཁྱོད་ངེས་པར་དུ་ངའི་གམ་ལ་ཤོག་ཅེས་གསུངས། བྱང་སེམས་ཀྱིས་ཀྱང་ཡ་ཡ་ཟེར་བཞིན་ནོར་ལྷག་དེད་
 དེ་ལྟལ་ལ་སོང་། ཕྱིའི་ནངས་ཀ་ཙུང་ལྷ་མོ་ཞིག་ནས་བྱང་སེམས་མཚམས་པ་བའི་མདུན་དུ་ཡོང་ནས་ཅི་
 ཞིག་ཡིན་ལགས་ཞེས་ཞུས་དུས། མཚམས་པ་བས་དེ་རིང་ཁྱོད་ལ་རེ་འདོད་ཅི་ཞིག་ཡོད་ན་ཤོད་དང་ངས་
 ཁྱོད་ཀྱི་རེ་འདོད་དེ་འབྲུབ་དུ་འཇུག་ཅེས་བཤད་པར། བྱང་སེམས་ཀྱི་སེམས་ལ་ཁྱིམ་ཚང་ལྷག་པོ་འདི་
 ཚང་གི་དྲིན་ལ་སྟོགས་སྒྲིམ་ཅི་ཡང་མེད་པས་དམིགས་བསལ་གྱིས་བཤད་རྒྱ་ཅང་མེད། འོན་ཀྱང་མཚམས་
 པ་བ་ཚང་གིས་འདི་ལྟར་དྲིས་ན། ངས་ཀྱང་འདི་ལ་ལན་ཞིག་འདེབས་དགོས་པས་ཁོའི་སེམས་སུ་མི་ཞིག་
 གི་ལུས་ཉེན་སྲུངས་ཀྱང་བྱ་སྐད་ཚོག་སྐད་ཅིག་གོ་ན་བཟང་བར་སྐྱམ་སྐྱེ། ཁྱེད་ཀྱི་ཐུགས་བསྐྱེད་སྒྲོན་ལམ་
 ཀྱིས་ང་བྱ་སྐད་ཚོག་སྐད་གོ་མཐའ་ཞིག་ཏུ་གཏོང་རོགས། དེ་མ་གཏོགས་གཞན་རེ་བ་ཅི་ཡང་མེད་ཅེས་
 བཤད། དེ་ནས་མཚམས་པ་བའི་སེམས་སུ་འདིས་ཟ་རྒྱ་གོན་རྒྱ་མི་ཟེར་བར་བྱ་སྐད་ཚོག་སྐད་གོ་མཐའ་
 ཞིག་གི་གཏོང་དགོས་དོན་ཅི་ཡིན་ནམ་སྐྱམ། ཡང་མཚམས་པ་བས་གང་ལྟར་ཁོ་རང་ཉིད་ལ་དགོས་པའི་
 ཉིན་མ་ཞིག་ཡོད་རྒྱ་རེད་བསམ་ནས་བྱང་སེམས་ལ་ཐུགས་ཤིག་བྲིད་དེ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཐུགས་འདི་བྲི་གཅིག་
 ཐོན་ལ་དའི་ཇེས་ངའི་གམ་ལ་ཤོག་དང་བྱ་སྐད་ཚོག་སྐད་ཨེ་གོ་ལྷ་ཞེས་གསུངས། ཕྱིའི་ནངས་ཀ་ཡང་བྱང་
 སེམས་མཚམས་པ་བའི་མདུན་དུ་ཡོང་དུས་མཚམས་པ་བས་བྱང་སེམས་ཀྱི་ན་ནང་ལ་སྤྱར་ཏེ་སྐར་མདུད་
 པ་ཞིག་བཏགས། དེ་རིང་ཁྱོད་སོང་ནས་སྐད་རེགས་སྤྲ་ཚོགས་ཨེ་གོ་སྟོས། གལ་ཏེ་ཨེ་གོ་ན་ཁྱོད་སང་ཉིན་
 ཡང་ངའི་གམ་ལ་ཤོག་ཅེས་གསུངས། དེ་ནས་བྱང་སེམས་ཀྱི་སེམས་སུ་དེ་རིང་མཚམས་པ་བ་ཁོང་གིས་བྱ་
 སྐད་ཚོག་སྐད་གོ་མཐའ་ཞིག་གི་བཏང་ཡོད་པས་གོ་རྒྱ་རེད་སྐྱམ་ནས་ལྷག་དེད་དེ་རི་སྐད་ལ་སོང་དུས། མ་
 མོ་ཞིག་འབབ་གི་ཡོད་པ་ཐོས། དེ་ནས་བྱང་སེམས་ཀྱིས་མ་མོས་ཅི་ཞིག་ཟེར་རམ་སྐྱམ་སྐྱེ་ཉན་ཆོ། མ་མོས་
 ལུ་གུ་ལ་ཁྱོད་མཆོག་གསེར་པོར་ཨ་མའི་གམ་དུ་ཤོག་ཅེས་བཤད། ལུ་གུས་ཀྱང་འོ་ཡ་ཡ་ཟེར་བཞིན་རྒྱག་ནས་
 མ་མོའི་གམ་དུ་ཐོན་དུས་མ་མོས་ཨ་མར་དེ་རིང་ཁྱོད་ལ་བཤད་རྒྱ་ཞིག་ཡོད། དོན་པ་བྱ་ཚང་ལ་འབྲུལ་བ་
 གལ་ཆེན་ཞིག་ཡོང་ཡོད་པས་ཨ་མ་བཤའ་རྒྱ་རེད། ཨ་མ་བཤས་ཇེས་ཁྱོད་ལྷག་ཁྱའི་ཐོན་ལ་མ་འགོ་སྤྱང་
 གིས་ཐོས་འགྲོ། གཞུག་ནས་མ་འདུག་ཚོག་ཇེས་གཅོག་ནི་རེད། བར་ནས་སོང་ལ་མཚན་མོའང་ལྷག་གི་
 དཀྱིལ་ནས་ཉོལ་མ་གཏོགས་ཁྱོད་སྤྱང་གིས་ཐོས་འགྲོ། ཨ་མས་བཤད་པ་ལྟར་སྤྱབས་ཞེས་བཤད་དུས་བྱང་

སེམས་ཀྱི་སེམས་སུ་ཨ་ཙོ་བྱ་སྐད་ཐོག་སྐད་འདི་གོ་ན་འད་དངོས་གནས་ལ་མཚན་ཞིག་རེད། འདི་ངོ་མ་
བདེན་ནམ་མི་བདེན་ནམ་སྟམ་ཞོར་ཕྱི་དྲོར་ལྷག་དེད་དེ་ཡུལ་ལ་ལོག་ཆོ། ངོ་མ་སྒྱུ་མི་འགའ་ཐོན་ཡོད་པ་
རེད། དེ་ནས་དེ་དག་གིས་ཅི་ཞིག་ཟེར་རམ་སྟམ་ནས་གམ་དུ་སོང་སྟེ་ཉན་དུས། དེའི་ནང་གི་མི་གཅིག་གིས་
བཤད་རྒྱུ། ང་ཚོ་ས་ཐག་རིང་ནས་ཡོང་བའི་འབྲུལ་བ་ཡིན་པས་ལམ་སྲོའང་ཆོར་ཐལ། ཟུ་བདག་དང་
དེད་གཉིས་ལོ་ངོ་དུ་མའི་ཐོན་ཀྱི་མནའ་བཅད་ཅིག་ཡིན་པས་ད་ཐངས་ང་ལ་ལམ་སྲོ་ཞིག་སྟེར་ཟེར། ཁྱོད་
འདི་ཆང་གི་ཚོར་ལྷག་གི་རྩེ་པོ་ཡིན་པས་ལྷག་གང་ལ་ཤ་ཤེད་བཟང་མིན་གསལ་བོར་ཤེས་པ་རེད། དེ་བས་
ཁྱོད་ཀྱིས་བསྟམ་ན་གང་བཟང་གི་ཞེས་དྲིས་བྱུང། བྱང་སེམས་ཀྱི་སེམས་སུ་ལྷག་ཁྱུ་དེའི་ཁྱོད་ན་ད་ཐོན་ཀྱི་
མ་མོ་དེའི་ཤ་ཤེད་ཀྱི་བཟང་ཞིག་མེད། འོན་ཀྱང་མ་མོ་དེ་བཤའ་བྱ་འཇུག་མི་ཉན་བསམ་ནས་ངས་མི་ཤེས་
ཞེས་བཤད། དེ་ནས་ཟུ་བདག་གིས་ལྷག་དེད་ནས་ཤོག་ཅེས་མ་མོ་དེ་བཟང་ནས་བཤའ་བྱ་བྱས་དུས། བྱང་
སེམས་ཀྱིས་ཁྱོད་ཆང་ལ་ལྷག་བརྒྱ་ལྷག་སྟོང་ལྷག་ཅིག་ཡོད་པས་དེའི་ནང་ན་ཤེད་ཅན་བསྐང་ལས་འདས་
པས་མ་མོ་འདི་བཤའ་བྱ་མི་འཇུག་ཅེས་བཤད། དེ་ནས་ཟུ་བདག་གིས་ཁྱོད་ད་ལྟའི་བར་དུ་རྟོགས་སྒྲིམ་སྟེང་
གི་མ་བཅུག་པར་འཆོབ་སྟེད་པོ་རོལ་བྱ་བཅུག་པ་རེད། ཁྱོད་ད་དུང་དེས་མི་ཆོག་པར་ཟུ་བདག་གི་ཡན་
ནས་སྐད་ཆ་བཤད། དེ་འདྲ་བྱས་ན་ཆོག་ནི་མ་རེད། མ་འོངས་པར་འཆོབ་སྟེད་པོ་རོལ་ན་བཟང་ངམ། མ་
མོ་མ་བྱ་གཉིས་ཀའི་བཟང་གི་ཁྱོད་ཀྱིས་འདད་རྒྱུ་བས། དེ་མི་བཟང་གི་མ་མོ་མ་བྱ་གཉིས་ཀའི་བཟང་གི་
ཟེར་ན་མ་མོ་མ་བྱ་གཉིས་ཀ་ཁྱིད་ནས་སོང། ད་ཕན་ཆད་དེད་ཆང་ནས་འཆོབ་པོ་རོལ་མི་དགོས་ཞེས་བཤད་
དུས། བྱང་སེམས་ཀྱིས་ཀྱང་འདད་ཞིག་བརྒྱབ་སྟེ། འདི་ཆང་ནས་འཆོབ་པོ་རོལ་མ་བྱུང་ཀྱང་མ་མོའི་སྟོག་
ངས་པར་དུ་བརྒྱབ་དགོས་བསམ་ནས་ཟུ་བདག་ལ་ང་འདི་ནས་འཆོབ་པོ་རོལ་བྱ་མི་འཇུག་ནའང་མ་མོ་འདི་
བཤའ་བྱ་མི་འཇུག་ཅེས་བཤད། ཟུ་བདག་གིས་དེས་ན་མ་མོ་མ་བྱ་གཉིས་ཀ་ཁྱིད་ནས་སོང། འདི་ཁྱོད་ལ་
གཡོག་ལྷ་ཞིག་གི་ཆབ་དུ་བྱིན་པ་ཡིན་ཞེས་བཤད། དེ་ནས་བྱང་སེམས་ཀྱིས་མ་མོ་མ་བྱ་གཉིས་ཀ་ཁྱིད་དེ་
ནགས་ཆོལ་འཇུག་ལ་བྲག་རི་ཡོད་སའི་གནས་ཤིག་དུ་སོང་བ་དང་མ་མོ་མ་བྱ་གཉིས་ཀ་སྟོག་ལྷ་བྲག་ ཁྱོད་
མ་བྱ་གཉིས་ཀའི་ཆེད་དུང་རང་ཉིད་ཀྱང་ཁར་ཟ་རྒྱ་དང་རྒྱུལ་ལ་ཕྱོན་རྒྱ་གཅིག་ཀྱང་མེད་སོང་བ་རེད་དེ།
ངས་བྲག་སྒྲིམ་དང་བྲང་བྲང་རྟོགས་ཅི་འདྲ་ཞིག་རྒྱངས་ཀྱང་ཁྱོད་མ་བྱ་གཉིས་ཀས་སྟོབ་བྲངས་ནི་མ་རེད།
གཉིས་ཀ་བ་ཡན་ལ་སོང་ནས་རྩ་ཐོས། བོད་ཡན་ལ་སོང་ནས་རྩ་འཇུང་ཞེས་ཟེར་བཞིན་མ་མོ་མ་བྱ་གཉིས་

ཀ་ནགས་གསེབ་ཏུ་བརྒྱབ་པ་རེད། དེ་ནས་བྱང་སེམས་སྤྱོད་ཅི་ཞིག་ཏུ་སྤོང་ནས་ཤུག་ཤུན་རེ་བཏུས་ཏེ་
མལ་ས་ཞིག་བཅས་ནས་བཟང་། བྱང་སེམས་འདུག་སའི་སྤྱོད་མགོ་དེ་ན་སྐྱུ་ཀའི་ཆང་ཞིག་ཡོད་ལ། སྐྱུ་ཀ་
དེས་རྒྱན་དུ་ཤ་རྟོག་ཆོལ་རྟོག་རེ་ཁྱེར་ནས་སྤུ་གུ་ཆོར་ལྟེར་བ་རེད། ཉན་ཞིག་ལ། སྐྱུ་ཀའི་སྤུ་གུ་ཆོས་ ཨ་མ།
ཨ་མ། ཁྱོད་ཀྱིས་རྒྱན་དུ་ཤ་རྟོག་ཆོལ་རྟོག་ཆར་རྒྱ་མེད་པ་ཞིག་ཁྱེར་ནས་ཡོང་བ་དེ་གང་ནས་ཁྱེར་ཡོང་བ་
ཡིན་ཞེས་དྲིས་པར། སྐྱུ་ཀས་དེ་བཤད་མི་ཉན། གཞན་གྱིས་གོ་སྤོང་ན་འུ་མ་བུ་ཆོད་ཁ་ཟས་འདི་ཆད་འགྲོ་
བ་རེད་ཅེས་བཤད། ཡང་སྤུ་གུ་ཆོས་ ཨ་མ་ལེ་ལ། ཤོད་དང་ཤོད་དང་། ཞེས་བཤད་དུས་སྐྱུ་ཀས་དེས་ན་
ཁྱོད་ཆོ་ཕྱོགས་ཡར་མར་ལ་སྤོང་ནས་སྤྱོས་ལ་གྲག་འགྲལ་ཅང་མེད་ན་ཕྱིར་ཤོག་དང་ཨ་མས་ཁྱོད་ཆོར་བཤད།
དེ་མ་གཏོགས་བཤད་མི་ཉན་ཞེས་བཤད་ཆེ་སྐྱུ་ཀའི་སྤུ་གུ་ཆོར་འཕུར་ནས་པར་ལྷ་རྩུར་ལྷ་འགའ་བྱས་ཏེ་ཕྱིར་
ཡོང་ནས་ཨ་མར། འུ་ཆོར་འདུག་སའི་སྤྱོད་འགྲམ་དེ་ན་སྐྱུ་ཀའི་འུ་མ་བུ་ཆོད་པ་ལས་གཞན་ཅི་ཡང་
མེད་ཅེས་བཤད། དེ་ནས་སྐྱུ་ཀའི་ཨ་མས་བཤད་རྒྱུར། ས་གནས་ཤིག་ན་རྒྱལ་པོ་ཞིག་ཡོད། རྒྱལ་པོ་དེའི་
བཅུན་མོར་ན་བས་ལྷ་ལྷ་དང་མོ་བ། རྩིས་པ་མང་པོ་གདན་དྲངས་ཏེ་བཅའ་བསྐྱེད་པ་བསྐྱེད་པས་མོད། འོན་
ཀྱང་ནད་དྲག་སྤུ་མ་བྱུང་བས་དུས་རྒྱུན་དེ་དག་ལ་གསོལ་རྩ་དྲངས་ཆེད་སྐྱུ་ཀ་ལྷག་མང་པོ་བཤས་པའི་
ཤ་རྟོག་ཆོལ་རྟོག་རེད་ཅེས་བཤད་པར། ཡང་སྤུ་གུ་ཆོས་ཨ་མ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ན་གསང་དགོས་རྒྱ་ཞིག་
མ་རེད་ལ། རྒྱལ་ཁབ་ཅིག་གི་རྒྱལ་པོའི་བཅུན་མོར་ན་ལྷེ་བཅའ་བསྐྱེད་པ་སྤུ་མ་བུ་ནས་སྐྱུ་ཀ་ལྷག་རེ་བཤས་ན་
དེ་རྒྱུན་ལྷན་གྱི་བུ་བུ་ཞིག་ཡིན་པ་ལས་གཞན་གྱིས་ཤེས་མི་ཉན་པ་ཞིག་མ་རེད། མ་འོངས་པ་ན་རྒྱལ་པོའི་
བཅུན་མོའི་ནད་དེ་དྲག་སྤོང་ན་འུ་ཆོད་ཤ་རྟོག་ཆོལ་རྟོག་ཆད་འགྲོ་ནའང་ཐང་། གལ་ཏེ་མ་ཆད་ན་དེ་
གསང་རྒྱ་ཞིག་མ་རེད། རྒྱལ་པོ་ཆང་གིས་སྐྱུ་ཀ་ནས་ཡིན་ཡང་བཤད་རྒྱུ་རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ང་ཆོ་
ནས་ཡིན་ཡང་ཐ་རྒྱ་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་བཤད། དེ་ནས་སྐྱུ་ཀས་དེ་འདྲ་ཞིག་མ་རེད། རྒྱལ་པོའི་བཅུན་མོའི་
ནད་དྲག་སྤུ་མི་རེད་དེ། ཤེས་མཁན་ཞིག་ཡོད་ནི་མ་རེད་ཅེས་བཤད། དེ་ནས་ཡང་སྐྱུ་ཀའི་སྤུ་གུ་ཆོས་སྤུ་མ་
ལྷ་བས་མི་མཁྱེན་ཞིང་མོ་བ་རྩིས་པས་མི་ཤེས་པའི་དེ་འདྲའི་ནད་ཅིག་ཡོད་དམ་ཞེས་དྲིས། སྐྱུ་ཀས་བཅུན་
མོའི་ནད་དེ་ན་གཡས་སའི་ནད་ལ་གཏེ་ཁེ་ཞིག་འཇུལ་སྤོང་བས། དེ་མགོ་ནད་ནས་པར་འགྲོ་རྩུར་འགྲོ་
བྱས་ཏེ་ན་བྲག་བསྐྱངས་པ་རེད་ཅེས་བཤད། སྤུ་གུ་ཆོས་ཡང་། ཨ་མ་དེ་ཅི་བྱས་ན་དྲག་ནི་རེད་ཅེས་དྲིས་
དུས། ནད་དེ་དྲག་དགོས་ན་རྒྱལ་པོ་དེ་ཆང་གི་གཡས་ཕྱོགས་ན་ལུང་བ་ཞིག་དང་གཡོན་ཕྱོགས་ན་ལུང་བ་

ཞིག་ཡོད་པ་ལས། དེའི་གཡལས་ཚུགས་སའི་ཕྱང་བའི་ནང་ན་པ་བོང་དཀར་པོ་རྟ་འདྲ་བ་ཞིག་ཡོད། དེའི་
 འབས་ན་ཕྱོག་མ་སྒྲ་ཁ་གསུམ་ཡོད་ལ་དེ་དག་ལ་གཞོན་འཛེམ་བྱས་པར་བྱེར་ནས་ཡོང་སྟེ། ཕྱོག་མ་དཀར་
 པོའི་སྒྲེ་ལ་རས་སྦྱང་དཀར་པོ་ཞིག་དང་། ཕྱོག་མ་ནག་པོའི་སྒྲེ་ལ་རས་སྦྱང་ནག་པོ་ཞིག་དང་། ཕྱོག་མ་དམར་
 པོའི་སྒྲེ་ལ་རས་སྦྱང་དམར་པོ་ཞིག་བཏགས་ཤིང་ཕྱོག་མ་ནག་པོ་དེ་རྒྱ་གཡལས་སའི་ནང་ལ་བཏང་ན། དེ་
 སོང་ནས་གཏེ་ཁེ་གསོད་པ་རེད། དེ་ནས་ཕྱོག་མ་དམར་པོ་བཏང་ན། དེ་སོང་ནས་གཏེ་ཁེའི་ཁྲག་འཕྱབ་
 པ་རེད། དེ་ནས་ཕྱོག་མ་དཀར་པོ་བཏང་ན། དེ་སོང་ནས་གཏེ་ཁེའི་རྩྱ་དེ་ཡོང་བ་རེད། དེ་རྩྱ་བྱས་
 ན་ད་གཞོན་རྒྱལ་པོའི་བཅུན་མོའི་ནད་དེ་དྲག་འཕྱོ་ལ། བཅའ་བ་སྐྱ་རིམ་ཡང་སྐབ་རྒྱ་ཡོད་ནི་མ་རེད། ཤ་
 རྒྱག་ཚེལ་རྒྱག་ཀྱང་ཆད་འཕྱོ་བ་རེད་ཅེས་བཤད་པ་བྱང་སེམས་ཀྱིས་ཐོས་པས། ས་གནས་གང་ཡིན་ཞེ་
 བཤད་ཀྱི་ཉར་ཁོར་ཁོའི་སེམས་སུ་རྒྱལ་པོའི་བཅུན་མོ་ཡོད་སར་ཐོན་ན་ནད་དྲག་སྐྱ་རྒྱ་རེད། གལ་ཏེ་ང་
 དེར་ཐོན་ནས་བཅུན་མོའི་ནད་དྲག་གི་བཅུག་ན་མ་འོངས་པའི་འཛོ་བ་དེ་སྦྱང་པོ་བྱས་ནས་རོལ་ཐུབ་རྒྱ་
 རེད། འོན་ཀྱང་ས་གནས་གང་ཡིན་མི་ཤེས་པས་ཇི་ལྟར་འཕྱོ། ཐག་རིང་ཞིག་ཡིན་ནའང་ཐང་། བྱ་ཞིག་
 གང་ནས་འཕྱར་ནས་གང་ལ་འཕྱོ་བ་སྐྱས་ཤིས། འདི་ནས་བསྐྱད་ན་གོ་རྒྱ་རེ་ཞེ་ཡོད་སྐྱམ་སྟེ་ཡང་བསྐྱར་ཉན་
 ཡང་སྐྱ་ཀས་ཆོག་མཚམས་དེ་ནས་བཅད་དེ་ཅི་ཡང་མ་བཤད་པ་རེད། དེ་ནས་བྱང་སེམས་པར་རྒྱུར་ལ་
 སོང་ནས་ཐུམ་ཐུམ་རེ་བཏུས་ཏེ་ཐོས་ནས་སྔོང་སྐབས་ཀྱང་པོ་ཞིག་གིས་ཀྱོང་མ་རྟེན་བྱིད་ཅིག་ཞོན་ནས་
 ཡོང་གིན་ཡོད་པ་མཛོང་། ཁོས་དེར་བལྟས་ནས་བསྐྱད་ཆོ་བར་མཚམས་ཤིག་ལ་རྟེན་རྒྱུ་མ་ཆོད་པར། ཨ་
 མ་ཁྱོད་དེ་འདྲ་ཞིག་བྲེལ་རྒྱ་ཅི་ཡོད། དལ་མོ་བྱས་དང་ངས་རྒྱུ་མི་ཆོད་ཀྱི་ཞེས་བཤད། ཀྱོང་མས་ཨ་མའི་
 ཁྱོད་དལ་མོར་ཡོང་གིན་སྔོང་། ཨ་མ་འཁོར་དབང་ཐུབ་ཀྱིས་མི་འཇུག་གི། སྐྱག་དབང་ལྷག་གིས་མི་འཇུག་
 གི། ད་དུང་སྐྱ་འདྲིའི་རྟོམ་ངོས་ན་ཁབ་ཅིག་ཡོད་ལ་དེ་ཨ་མའི་ཕྱིག་བར་ལ་སྐྱག་ཡོད་པས། ངོ་མ་བཅོན་པོ་
 བྱས་ནས་འདུག་མི་ཐུབ་པས་རང་གིས་ཨ་མའི་རྒྱུ་དེད་དེ་ཤོག་ཅེས་བཤད། དེ་རྩྱ་བཤད་དུས་བྱང་
 སེམས་ཀྱི་སེམས་སུ་ཨ་ཅེ་བདག་པོས་ཀྱང་ཤེས་ཀྱིན་མི་འདུག་བསམ་སྟེ་པར་ཉེ་སར་སོང་ནས། ཨ་རོ་ཀྱང་
 པོ། ཁྱོད་འདིར་ཤོག་དང། ཞེས་བོས་དུས་སྐྱ་མི་དེས་ཀྱང་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནམ་སྐྱམ་སྟེ་བྱང་སེམས་ཀྱི་གམ་ལ་
 ཐོན་པ་རེད། དེ་ནས་བྱང་སེམས་ཀྱིས་ཁྱོད་ཐང་ལ་ཅིག་བོབས་ཞེས་བཤད། སྐྱ་མི་དེས་ང་ཐང་ལ་བབས་
 ནས་འདུག་ཁོམ་མེད་ཅེས་བཤད། བྱང་སེམས་ཀྱིས་ཁྱོད་ཐང་ལ་བོབས་དང་། ཅིའི་ཕྱར་འདུག་ཁོམ་མེད་

ཅེས་དྲིས། རྒྱ་མིས་དང་ཆང་གི་རྒྱལ་པོའི་བཅུན་མོར་ན་སྟེ། མོ་བ་དང་ཅིས་པ་རེ་འཛུལ་དུ་འགྲོ་དགོས་
 པས་འདུག་ཁོམ་མེད་ཅེས་བཤད། དེ་ནས་ཡང་བྱང་སེམས་ཀྱིས་ཁྱོད་འདུག་ཁོམ་མེད་ན་མེད། ཐང་ལ་
 བོབས་ཞེས་བཤད་དུས་རྒྱ་མིའི་སེམས་ལ་འང་ཨ་ཙོ་འདི་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནམ་བསམ་སྟེ་ཐང་ལ་བབས་ནས་ལ་
 ཅི་ཞིག་རེད་ཅེས་དྲིས་དུས། ཁྱོད་ཀྱིས་རྒྱུ་མེད་ཆུབ་ཀྱི་སྒྲ་དེ་ལོངས་དང་། རྒྱུ་མེད་རྒྱུ་མེད་ན་ཁབ་ཅིག་
 ཡོད་པས་དེ་རྒྱུ་མེད་ཅིག་བར་ལ་སྟག་ནས་ཡོད། དེ་རྒྱངས་རྒྱུ་ཁྱོད་གང་ལ་འགྲོ་ན་སོང་ཞེས་བཤད། རྒྱ་
 མིའི་སེམས་ལ་ཨ་ཙོ། འདིས་ཇི་ལྟར་ཤེས་པ་ཡིན་ནམ་སྟེ་རྒྱ་སྒྲ་ལ་ཉེ་བཞག་དུས། དངོས་གནས་
 ཁབ་ཅིག་སྟག་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནས་མགྲོགས་སྤྱད་དང་ཁབ་དེ་རྒྱངས་ནས་སེམས་ལ་མཚར་སྤྲང་ཞིག་སྟེ་
 རྒྱ་ཞེས་ཞེས་ཁྱོད་ཀྱིས་འདི་ཅི་བྱས་ཉེ་ཤེས་པ་ཡིན་ནམ་ཞེས་དྲིས་པར། བྱང་སེམས་ཀྱིས་དེ་འདྲ་བའི་ཚ་གཤིས་
 ཅིག་གཤིས་ཤེས་པ་ཞེས་བཤད། རྒྱ་མིས་ཨ་ཙོ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ན་བཟང་ཐལ། དེད་ཆང་གི་རྒྱལ་པོའི་བཅུན་
 མོར་ན་བས་མོ་བ་ཅིས་པ་མང་བོ་གདན་དྲངས་ཉེ་བཅའ་བ་རྒྱ་མིས་བསྐྱབས་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་ཕན་པ་སྟེ་
 ཅུ་ཡང་མེད་པས་རྒྱལ་པོས་ད་ནད་དུག་གི་འདུག་ཐུབ་མཁན་ཞིག་ས་ནས་མིན་ཡང་གནམ་ནས་འཛུལ་
 ཤོག་ཟེར་གྱི། ཨ་གནམ་གྱིས་སྤྱད་རྒྱ་པོ། དའི་ལས་དྲང་ནས་ཁྱོད་དང་འཕྲད་སོང་བས་ད་བཟང་ཐལ་ཞེས་
 བྱང་སེམས་ཁྱོད་དེ་རྒྱལ་པོ་ཆང་དུ་སོང་། རྒྱལ་པོ་ཆང་གིས་ཀྱང་ཟེར་ག་བསྐྱོགས་ཉེ་བྱ་སྐྱིག་སྤྱད་ཐུག་སྤྱད་
 ཆོགས་པ་བྱས་ཡོད་ལ། རྒྱལ་པོས་རྒྱུ་པོ་དེ་ལ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཞེས་འདིས་ཤེས་པ་ཇི་ལྟར་ཤེས་ནི་ཡིན་ཞེས་
 དྲིས། རྒྱུ་པོ་དེས་རྒྱུ་མེད་ཅིག་བར་ལ་ཁབ་སྟག་ཡོད་པ་ཤེས་ནས་ད་གཞོད་ཁྱོད་ཡོད་པ་ཡིན་ཞེས་
 བཤད། དེ་ནས་ཅུང་བསྐྱད་རྒྱུ་པོས་ཁ་བཏགས་དཀར་པོ་ཞིག་བཟུང་སྟེ་བྱང་སེམས་ཀྱི་གསལ་ལ་ཡོང་
 བས། བཅུན་མོའི་ནད་ཀྱི་རྒྱ་མཚན་གཅིག་གཅིག་གཉིས་གཉིས་བྱས་ནས་ཁྱུས། བྱང་སེམས་ཀྱི་སེམས་ལ་རྒྱ་
 གསལ་བཤད་པ་དེ་ཇི་བཞིན་བཤད་ན་མི་བཟང་སྟེ་རྒྱལ་པོར་དེ་རིང་དས་ཀྱང་གསལ་བོ་མི་ཤེས་པས།
 དོ་རྒྱུ་དང་མི་ལས་ལ་བཏགས་ནས་སང་ཉིན་ཁྱོད་ཆང་གི་བཅུན་མོ་དྲག་ཐུབ་མིན་བཤད་ཅེས་སྟེ། རྒྱུ་
 བཅུན་མོ་དེ་རྒྱལ་པོས་དང་ཆང་གི་བཅུན་མོའི་ནད་དེ་དོན་པོ་མེད་ཅི་ཞིག་ཡིན་ནམ་ཞེས་དྲིས་པར་བྱང་
 སེམས་ཀྱིས་ཁྱོད་ཆང་ལ་བཅའ་བ་རྒྱ་མིས་ཀྱིས་ལོངས་ཡོད་མོད། འོན་ཀྱང་ཁྱོད་ཆང་གི་བཅུན་མོ་ལག་ཐབས་
 འདྲ་ཞིག་རེད། ལག་ཐབས་དེ་སེལ་དགོས་ན་ཁྱོད་ཆང་གི་ལུང་བ་གཡས་ཕྱོགས་སུ་པ་བོང་དཀར་པོ་ཏྲ་འདྲ་
 བ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་པོ་སར་ཁ་བདེ་ལག་བདེ་ཞིག་གིས་ག་ཡེར་ཤོག་སྟེ་ཁ་པར་ལ་བསྐྱོར་ནས་པོངས་ལ་དེའི་

ཞབས་ན་གྲོག་མ་ལྷ་ཁ་གསུམ་ཡོད། དེ་དག་ལ་གནོད་པ་མ་བྱས་པར་བྱུང་དེ་ཡོང་ན། ད་གནོད་ངས་བྱིང་
 ཚང་གི་བཅུན་མོའི་ནད་དེ་དག་གི་འཇུག་ཐུབ་ཅེས་བཤད། དེ་ནས་ཞི་ཡི་དེ་འདྲ་ཞིག་གི་གསུམ་སོང་སྟེ་
 གྲོག་མ་དེ་གསུམ་བཟུང་ནས་ཐོན་དུས་སྐྱུ་ཀས་བཤད་པ་ནད་བཞིན་སྟོན་ལ་གྲོག་མ་ནག་པོའི་སྒྲེར་རས་
 སྐྱད་ནག་པོ་ཞིག་བཏགས་ནས་རྩ་གཡོན་སའི་ནད་ལ་བཏང་དུས་ན་བྲག་བོད་བསྐྱེད་མེད་པ་ཞིག་སྐྱེས།
 དེ་སྐྱེས་ཆེས་ཡང་གྲོག་མ་དམར་པོའི་སྒྲེ་ལ་རས་སྐྱད་དམར་པོ་ཞིག་བཏགས་ནས་མངགས་དེ་བྱིར་ཡོང་
 དུས་རྒྱུད་མི་རྒྱུད་ཅིག་བྱས་ནས་ཐོན། དེ་ཆེས་ཡང་གྲོག་མ་དཀར་པོའི་སྒྲེར་རས་སྐྱད་དཀར་པོ་ཞིག་བཏགས་
 བས་མངགས་དུས་དེས་གཏེ་ལེ་ཞིག་གི་རོ་བྱད་དེ་ཐོན། དེ་ནས་བཟུང་རྒྱལ་པོའི་བཅུན་མོའི་ནད་ཇི་དགའ་
 བས་ཇི་དགའ་སོང་སྟེ་སངས་དྲག་ཏུ་བྱུར་ལ། བྱང་སེམས་ཀྱིས་ཀྱང་རྒྱལ་པོའི་མཐར་ནད་ནས་འཆོ་བ་སྐྱེད་
 པོ་རོལ། སྤྲ་མ་དང་བྲུ་བ། མོ་བ་དང་ཅིས་པ་མང་བོས་དྲག་གི་འཇུག་མ་ཐུབ་པའི་རྒྱལ་པོའི་བཅུན་མོའི་
 ནད་དེ་དེ་འདྲའི་འབྲམ་པོ་ཞིག་གིས་དྲག་གི་བཅུག་པ་རེད་ཅེས་མཆན་སྟན་ཕྱགས་བཞི་ཐམས་ཅད་ལ་
 བྱལ་སོང་། དེ་ནས་ཡང་ཉིན་ཞིག་ལ། རྒྱལ་པོ་ཞིག་གི་མཛོད་སྟོངས་ནས་བྱང་སེམས་གདན་འདྲེན་དུ་ཐོན།
 རྒྱལ་ཁབ་དེའི་སྟོན་པོ་ཚོས་བཤད་རྒྱུར། ང་ཚོའི་རྒྱལ་པོའི་མཛོད་སྟོངས་དེ་ཐབས་ལྷ་ཚོགས་ཤིག་འཐེན་
 མོད་པན་པ་མེད་པས་རྒྱལ་པོས་བྱེད་ནི་མཛོན་མཁྱེན་ལ་ཐོགས་པ་མེད་མཐན་ཞིག་རེད་ཟེར་ནས་ང་ཚོ་
 བྱེད་གདན་འདྲེན་དུ་ཡོང་བ་ཡིན་ལ། འདི་ནས་ཐག་ཀྱང་དེ་འདྲའི་རིང་པོ་མིན་པས་བྱེད་ཐབས་རྒྱ་མཁྱེན།
 རྒྱལ་པོའི་མཛོད་ཉིན་རེ་ནས་ཉིན་རེར་སྟོངས་ནས་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པས་ཅི་ཞིག་བྱས་ན་བཟང་ངམ་ཞེས་
 ཁུས་དུས། བྱང་སེམས་ཀྱི་སེམས་སུ་མི་འགྲོ་ཟེར་ནའང་དེ་འདྲའི་བདེ་བོ་ཞིག་མ་རེད་ལ། འགྲོ་ཟེར་ནའང་
 ང་རང་ཉིད་ཀྱིས་མི་ཤེས་གི་བསམ་ནས་ཐུང་བཟད་ཆེས། དུས་ཚོད་ཇི་ཅམ་ལ་འགྲོ་དགོས་སམ་ཞེས་དྲིས་
 པར། སྟོན་པོ་ཞིག་གིས་སྐྱུ་མི་ཞིག་ཡིན་ན་ཟུང་ཞིག་དང་རྒྱང་ཐང་ཞིག་ཡིན་ན་ཉིན་གཅིག་གི་ལམ་ཡིན་
 ཞེས་བཤད། དེ་ནས་བྱང་སེམས་ཀྱིས་ང་རྒྱང་ཐང་ལ་འགྲོ་བྱེད་ཚོས་རྟ་ཞོན་ནས་སྟོན་དུ་སོང་ཞེས་བཤད།
 དེ་ལྟར་སོང་ན་མཚམས་པ་བ་ཚང་གི་ཐུགས་བསྐྱེད་སྟོན་ལམ་ཞིག་གིས་མཛོད་སྟོངས་པའི་རྒྱ་མཆན་འདི་
 རེད་གན་རེད་ཟེར་ནས་གོ་རྒྱུ་རེ་མེ་ཡོད་སྟམ་པ་རེད། དེ་ནས་སྟོན་པོ་ཞིག་གིས་ཨ་ཙོ་བྱེད་ཚང་གིས་རྟ་
 བཅིབ་ནས་མི་འགྲོ་འམ་ཞེས་བཤད་པར། བྱང་སེམས་ཀྱིས་ངས་རྟ་ཞོན་ནས་མི་འགྲོ་བྱེད་ཚོས་ང་ལ་ས་
 གནས་གང་ཡིན་ཤོད་དང་ང་ཐོན་ཡོང་ཞེས་ས་གནས་བཤད་དེ་སྟོན་པོ་དེ་དག་སྟོན་དུ་མངགས། བྱང་

དེའི་ནང་ལ་བཀོད་སྡིག་བྱས་པ་རེད། བྱང་མེམས་ཉལ་ནས་བསྐྱེད་དུས་མེམས་སུ་རྒྱལ་པོ་ལ་རྒྱལ་ཁྲིམས་
 ཟེར་བ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་པས་མི་ཤེས་ཟེར་ན་གསོད་རྒྱ་ཟེར་ན་འང་ཐང་སོགས་རྩ་ཚོགས་ཤིག་ཡིད་ལ་དྲན་
 ཏེ་གཉིད་ཅུང་ཙམ་ཡང་མ་ཁྱག་པ་རེད། རྒྱུ་ལྟར་གཟེར་ནས་འགྲོ་བའི་སྐབས་དེར་བྱང་མེམས་ཉལ་སའི་
 ཁང་སྒོ་དེ་ན་མང་བོ་ཞིག་གིས་ཐུབ་ཐེབ་ཅིག་བཤད་བཞིན་ཡོད་པ་ཐོས་པས་ཅི་ཡིན་ནམ་སྟམ་སྟེ་མགྲོགས་
 པོར་ཡར་ལ་དགྲེས་ཏེ་སྒོ་སྤྱབས་ནས་ལྷ་དུས། ད་ཚོན་རྩ་བཏོགས་སའི་བྲག་ཚོ་དེ་དང་། རྒྱ་སྐང་དེ། བྱི་
 དེ། རྒྱལ་བོ་ཆང་གི་སྐས་མོ་དེ་དེད་ག་ཆང་མ་དེར་འདུས་ནས་བྲག་ཚོ་དེས་བཤད་རྒྱུར། ད་ལྟ་ལྟ་མ་ཆིས་
 པ་ཡ་མཚན་ཏག་ཏག་ཡོང་ཞེས་ལབ་ཀྱིན་ཡོད་མོད། དེ་ཚོ་ཤེས་མཁན་ཏག་ཏག་ཡིན་མིན་མི་ཤེས། དེ་
 རིང་གསར་དུ་ཐོན་པའི་ཞི་ལི་འདི་པར་བཞུགས་ཆོད་ཀྱིས་ཡ་མཚན་ཞིག་ཆེ་ཡིན་པས་མ་སྤྱད་ཅིག་རེད་དེ།
 ངས་བཞུགས་ན་འདིས་ང་ཚོ་ལ་གཞོད་ཅིག་སྟེལ་ཁད་རེད་ཅེས་བཤད་དུས། གཅིག་གིས་ཁྱོད་ལ་ཅི་ཞིག་གི་
 ཏགས་བཞུན་ཐལ་ཞེས་དྲིས། བྲག་ཐོས་སྒྲ་མ་ལྟ་བུ་སྤྱི་ཡོད་ན་ཡ་ཅི་འདྲའི་བྲག་ཚོ་མཚར་བོ་དེ་ལྟར་
 ཟེར་གྱི། ཞི་ལི་འདི་ཡོང་ནས་མགོ་རྩོམ་མ་བཏོགས་ནས་སྟམ་ནང་དུ་བཞུགས་ཐལ་ཞེས་བཤད། དེ་ནས་
 རྒྱ་སྐང་གིས་སྒྲ་མ་དང་ལྟ་བུ་བ་དཔོན་པོ་སྤྱི་ཡོད་ཡང་ཆང་མས་ཨ་ཅི་འདྲའི་རྒྱ་སྐང་ཡག་པོ་ཞིག་རེད་
 དེ་ལྟར་ཟེར་གྱི། ཞི་ལི་འདི་རྒྱག་ནས་ཡོང་སྟེ་ངའི་རྩ་དཀྱིལ་ལ་དྲོག་བྱས་ཅིག་བརྒྱབ་ཐལ། དེ་ནས་བྱི་ཁྲིམས་
 མི་སྤྱི་ཡོད་ན་འང་ཆང་མས་ཨ་ཅི་ལྟོ་མོ་འདིས་འཛིན་རྒྱ་རེད་ང་ཚོ་གན་ལ་སྤྱག་གི་ཟེར་མོད། ཞི་ལི་འདི་
 ཡོང་ནས་ངའི་མགོ་ཐོག་ལ་ཅིག་སྤྱོད་ཐལ། དེ་ནས་སྐས་མོས་ཀྱང་ད་ལྟ་ལྟ་མང་བོ་ཐེབས་ནི་རེད་དེ།
 རྒྱུར་ང་ལ་ལྷ་མཁན་ཞིག་མེད། ཞི་ལི་འདིས་ང་གང་ལ་སོང་ན་ལྷ་གི་ཞེས་བཤད་དུས། གཅིག་གིས་ཁང་བ་
 འདི་རྒྱལ་བོ་ཆང་གི་རྒྱལ་རབས་ལྟ་བུ་ཞིག་གི་རིང་ལ་ལྷ་ཁང་མཆོད་ཁང་ཞིག་ཡིན་པ་རེད། ད་ལྟ་
 མཆོད་ཁང་འདི་པར་ལ་གནས་སྤར་ནས་ཁང་བ་འདི་སྤོང་བར་བཞག་ཡོད་པས་ཆོས་སྤྱོད་སྤང་མ་ཐམས་
 ཅད་པར་སྤྱི་ཡོད་ན་དུ་འཁོར་ས་མ་ཡོད་པར་སྤོང་ཡག་ཕྱེད་ནང་ལ་འཁོར་ཡོད་པ་རེད། དེ་བས་ཁོས་ཁང་
 བ་འདི་ཡ་མཚན་ཞིག་ཡིན་པའང་ཤེས་ཡོད་ནི་རེད་མ་གཏོགས་རྒྱལ་བོའི་སྤྱར་ན་ཁང་བ་ཡ་མཚན་མང་
 པས་དེད་གྲག་གི་ནང་དུ་བསྐྱེད་ན་འང་ཆོག་ནི་རེད། ཁོས་ཡག་ཕྱེད་གྲགས་ལ་བཀྱག་དུས་འུ་ཚོ་ཆོར་གཞིར་
 བཞག་ཁོས་ཡིན་ཏེ། མ་འགྲོ་བ་ཁམས་གསུམ་ལ་གཞོད་འཆོ་གཏོར་བའི་འདྲེ་སྤྱན་ཐམས་ཅད་མེད་པར་
 གཏོར་བ་རེད་ཅེས་བཤད། ཡང་ནང་ནས་གཅིག་གིས་ཡག་ཕྱེས་ཅི་ཞིག་བྱས་ན་གསུང་བརྗོད་པ་རེད་དྲིས།

ཡག་ཕྱེ་ལ་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་གནོད་འཚེ་གཏོང་མཁན་དེ་ཐམས་ཅད་འདུལ་རྟོགས་མ་
 བྱས་དུས། ངས་ཁྱོད་བཅག་ནས་ལེན་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་བཤད་ན་དག་ཐོང་ཡག་ཕྱེས་གསུང་བཟོད་པ་རེད་ཅེས་
 རྒྱུད་ཞིག་གཡུག་སྡེ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་གར་སོང་ཆ་མེད་དུ་ཐུར། དེ་ནས་བྱང་སེམས་རྒྱུག་ཐེངས་གཅིག་
 གིས་ཡག་ཕྱེ་འཐེན་ཏེ་འདྲེ་སྲིན་མང་བོ་ས་དར་དོ་དར་བྱས་ནས་འགྲོ་བཞིན་ཡོད་པས། ཁྱེད་ཀྱིས་གསུང་
 མི་བཟོད་ན་ངས་ཁྱོད་བཅག་ནས་ལེན་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་བཤད་དུས། ཡག་ཕྱེས་དེ་བདེན་པ་རེད། འོན་ཀྱང་
 ཁྱོད་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་ལ་འགྲོ་ཐུབ་བམ་མི་ཐུབ། ཁྱོད་ཀྱིས་འདི་ཁས་ལེན་ཐུབ་ན་ངས་གསུང་
 བཟོད་དེ་མ་གཏོགས་ངས་གསུང་མི་བཟོད་ཅེས་བཤད། དེ་ནས་བྱང་སེམས་ཀྱིས་ཀྱང་འདང་ཞིག་བརྒྱབ་
 བྱས་ཁས་ལེན་དགོས་རྒྱུ་རེད་སྟེ་སྟེ། ཁྱེད་ལྟ་ཡིས་ལུང་བསྟན་གནོད་དང་འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་
 ཀྱི་དོན་ལ་འགྲོ་ཐུབ་ཞེས་བཤད་དུས། ཡག་ཕྱེས་དེ་ན་སང་ཉིན་ཁྱོད་ཀྱིས་འདྲེ་སྲིན་དེ་དག་དམ་ལ་གདགས་
 དགོས། དེ་དག་འདུལ་ཆེས་རྒྱལ་བོ་ཆང་གིས་ཁྱོད་ལ་བྱ་དགའ་གང་འདོད་དུ་སྟེར་རྒྱ་ཡིན་པས། ཁྱོད་ཀྱིས་
 དེ་དག་གཅིག་ཀྱང་མ་སྒྲངས་པར་ང་གཅིག་སྤྱོད་མ་གཏོགས་མི་ལེན་ན་ངས་ཁྱོད་ལ་འདྲེ་སྲིན་འདུལ་རྟོགས་
 བྱེད་ཅེས་བཤད། བྱང་སེམས་ཀྱིས་ངས་ཁྱོད་མ་གཏོགས་མི་ལེན་ལ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཀྱང་ལུང་བསྟན་གནང་དགོས་
 ཞེས་བཤད་པར་ཡག་ཕྱེས་ང་ད་དུང་ལེན་མི་ཉན། སང་ཉིན་ཁྱོད་རྒྱལ་བོ་ཆང་ལ་སོང་ནས་ཉི་མ་རུབ་
 རྒྱགས་སྤྱོད་ཏེ་སྤྱོད་ཁང་ཞིག་བཟོས། དེ་ནས་གཏོར་མའི་འདྲེ་སྲིན་དེ་བཞི་བའི་གཟུགས་རིས་རེ་རེ་
 བཟོས་ཆེས། རྒྱགས་འདི་ཁྱི་གཅིག་ཐོན་ལ་དེ་དག་གི་གཟུགས་རིས་སྟོན་ཟེར་བཞིན་རྒྱགས་སྐོར་རེ་བཏོན་
 བྱ་གཟུགས་རིས་འཛིགས་སྤྱུང་བ་རེ་སྟོན་ངས་སྐབས་དེར་ཁྱོད་སྤྱོད་མི་དགོས། གཟུགས་རིས་བསྟན་དུས་
 ཡང་རྒྱགས་སྐོར་རེ་ཐོན་ན་སྤྱོད་ཁང་ནང་དུ་སོངས་ཞེས་བཤད། ཕྱིའི་ནངས་ཀྱི་བྱང་སེམས་ལྷ་མོ་ནས་
 ལངས་ཏེ་རྒྱལ་བོ་ཆང་ལ་སོང་ནས་ཡག་ཕྱེས་བཤད་པ་སྟེ་བྱས་དུས་རྒྱ་སྒྲུང་དེའི་གཟུགས་རིས་འཛིགས་
 སྤྱུང་བའི་རྩ་གཅིག་གནམ་ལ་རྒྱག་ཡོད་ཅིང་རྩ་གཅིག་སར་རྒྱག་ཡོད་པའི་ཁ་ནང་ན་མེ་འབར་བ་ཞིག་
 ཡིན་པ་རེད། རྒྱག་ཐོང་ནི་དེ་ལས་པའི་རྒྱག་རི་ཆེན་པོ། རྟོད་རི་རྒྱལ་རྒྱུན་པོ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡིན་པ་རེད། ཁྱི་མོ་
 དེ་ནི་འཛིགས་སྤྱུང་བའི་མཆེ་བ་གཉིས་སར་རྒྱག་ཡོད་པ་ཞིག་དང་། སྤང་མེད་མཆོས་མ་དེའང་འཛིགས་
 སྤྱུང་བའི་རྩ་མ་རྒྱང་རྒྱག་གཡམས་གཡོན་དུ་ལུང་བའི་མགོ་ན་རྩ་ཅན་ཞིག་ཡིན་པ་རེད་ལ། རྒྱགས་སྐོར་རེ་
 བཏོན་ཏེ་སྤྱོད་ཁང་དུ་འཕངས་དུས། མེད་འགྲོ་བ་རེད། ཡིན་པ་རྒྱ་སྒྲུང་དེ་ནི་རྒྱལ་བོ་ཆང་གི་རྒྱ་འགྲེལ་ས་

དང་། བླ་མོ་དེ་ནི་རྒྱལ་པོ་ཚང་གི་རྒྱལ་པོ་སྤྱི་བྱེད་མཛེས་མ་དེ་
 རྒྱལ་པོ་ཚང་གི་བྱེད་པ་དག་མ་དེ། བྱང་མེས་ཀྱིས་དེ་དག་ཚང་མ་འདྲེ་དེ། ད་ལྟ་ངས་དམ་ལ་བཏགས་
 ཟེན་ཞེས་དེ་དག་གཅིག་ཀྱང་མཛོད་རྒྱལ་བྱང་བས་རྒྱལ་པོ་ཏུ་ལས་སོང་། མ་གཞི་དེད་ཚང་ལ་གནོད་པ་
 བྱས་ནས་མཛོད་སྤྱོད་པར་འཇུག་པ་དེ་དང་རང་གི་སྤྱོད་ཐོག་སྤྱི་དང་བྱེད་པ་དག་མ་སྟགས་དེ། འོན་ཀྱང་
 ད་ལྟའི་བར་དུ་མ་ཤེས་པས་བྱེད་པོ་མ་མཛོད་མཁྱེན་ལ་ཐོགས་པ་མེད་ནི་ཞིག་རེད་ཅེས་རྒྱལ་པོའི་ཐུགས་
 ཤིན་ཏུ་དགྲེས་ནས་བྱང་མེས་ལ་བསྟགས་བཅོད་ཡང་ཡང་བྱས་ཏེ། གསེར་དང་ལྷ་མོ། ལྷ་ཏིག་སྟགས་
 ཀྱིས་འབྲལ་བ་བྱུལ། བྱང་མེས་ཀྱིས་ང་གསེར་དང་ལྷ་པོ་སྟགས་པ་གཅིག་ཀྱང་མི་དགོས། བྱེད་རྒྱལ་པོས་
 ང་ལ་དགའ་ཉག་སྟགས་ཤིག་སྤྲོད་རྒྱུ་ཡིན་ན་མཛོད་པ་ཉལ་སའི་ཁང་སྤྱིའི་ཡག་ཕྱེད་དེ་དགོས་ཞེས་བཤད། རྒྱལ་
 པོས་ཨ་ཅི་དེ་འབྲལ་བ་ཞིག་ལ་བརྟེན་མེད་པས་དེད་ཚང་གི་མཛོད་ནས་ཅི་ཞིག་དགོས་ཞེས་བྲུས། བྱང་
 མེས་ཀྱིས་ང་ལ་དེ་མ་གཏོགས་ཅི་ཡང་མི་དགོས་ཞེས་བཤད། དེ་ནས་ཤིང་ཐོད་སྤྱོད་ལ་བཏགས་ཏེ་རྒྱལ་
 པོ་ཚང་ནས་བདེ་སྤྱིད་ཀྱི་འཆོ་བ་རྒྱལ། ཉེན་ཞིག་ལ། ཡག་ཕྱེས་ཨ་ཅི་ཞེས། བྱེད་འཕྱོ་བ་མེས་ཅན་གྱི་
 དོན་ལ་འཕྱོ་ཞེས་ཁས་ལྷངས་པ་དེ། ཡིན་ན་འང་བྱེད་རྒྱལ་པོ་ཚང་ནས་གོས་རང་གྲུབ་དང་ཟས་རང་
 འཇུག་རེད་ཅེས་བསྟན་འདུག་པ་ལས་འདྲེ་མིན་འདུལ་བར་མི་འཕྱོ་བས་དེ་དག་ཚང་མ་རྒྱན་རེད་ལ་ཞེས་
 བཤད། བྱང་མེས་ཀྱིས་ཨ་ཅི་བྱེད་པའི་མགོན་རྒྱབས་ཀྱི་རྩ་ཡིན་པས་བྱེད་ཀྱིས་ལུང་བསྟན་གནང་ན་ང་
 འཕྱོ་དེ་མ་གཏོགས་ང་འཕྱོ་ཤེས་རྒྱུ་མ་དེ། བྱེད་ཀྱིས་ལུང་བསྟན་གནང་ན་ང་གང་ལ་འཕྱོ་དགོས་ན་དེ་
 ཅུ་འཕྱོ་ཞེས་བཤད་དུས། ཡག་ཕྱེས་སང་ཉེན་བྱེད་འཕྱོ་རྒྱུ་ཞེས་བཤད་པས་བྱེད་ཀྱི་མ་ནས་ལམ་ལ་
 ཆས། ཁོ་ཚུ་ནས་སོང་སོང་དུས་བར་མཚམས་ཤིག་ལ་རྒྱལ་ཁབ་ཆེན་པོ་ཞིག་ལ་ཐོན་པ་དང་དེ་ཅུ་མི་
 མང་པོ་ཞིག་འཆོག་གིན་ཡོད་པ་མཛོད་འཇུག། ཡག་ཕྱེ་ལ་གན་ན་མི་མང་པོ་ཞིག་འཆོག་གིན་ཡོད་པ་དེ་
 ཅི་ཞིག་རེད་ཅེས་དྲིས། ཡག་ཕྱེས་འདི་ཅང་རྒྱལ་ཆས་རྒྱལ་ཁབ་ཟེར་བ་དེ་དེ། རྒྱལ་ཁབ་འདིའི་རྒྱལ་པོ་ལ་
 འདྲེ་མིན་ཞིག་གིས་གནོད་འཚེ་བཏང་ནས་དེ་རིང་རྒྱལ་པོར་བཞག་ན་སང་ཉེན་འདྲེ་མིན་གྱིས་བསྟགས་
 འཕྱོ་བ་དེ། བྱེད་དེ་ཅུ་སོང་དང་བྱུ་ཅུ་དམར་པོའི་དོག་ཅན། མ་བྱ་སྟེན་མིའི་སྤྱོད་ཅན་གྱི་མི་ཞིག་ཡར་
 ལངས་ཏེ་དེ་རིང་གི་མི་ཚོགས་འདིའི་ཁྲོད་ནས་ཅང་རྒྱལ་ཆས་རྒྱལ་པོར་སྤྲུལ་རྒྱུ་ཡིན། ཅང་རྒྱལ་ཆས་
 རྒྱལ་པོར་འདུག་ནི་ཨ་ཡོད། ཡོད་ན་ལག་པ་ཡར་ཁྱོགས་ཞེས་མི་ཚོགས་ཁྲོད་དུ་བསྟུག་འོང་། ཡིན་ན་འང་

ཅང་རྒྱལ་ཆས་རྒྱལ་བོར་འདུག་ནི་མེད་པས་ཅང་བརྒྱ་ཆས་རྒྱལ་བོར་ང་འདུག་ཅེས་ལག་པ་ཡར་ལ་ཁྱོགས་
 དང་ཁྱོད་རྒྱལ་བོའི་རྒྱལ་སར་འཛོག་པ་མེད་ཅེས་བཤད། དེ་ནས་བྱང་སེམས་མི་ཚོགས་དེ་དག་གི་ཁྱོད་ལ་
 སོང་ཆོ། ངོ་མ་ཡག་ཕྱེས་བཤད་པ་ཇི་བཞིན་བྱ་ཅ་དམར་བོའི་དོག་ཅན། མ་བྱ་སྟོན་མོའི་སྟོ་ཅན་གྱི་མི་ཞིག་
 ཡར་ལངས་ཏེ་དེ་རིང་གི་ཕྱེ་ཚོགས་འདིའི་ཁྱོད་དུ་ཅང་རྒྱལ་ཆས་རྒྱལ་བོར་འདུག་ནི་ཨ་ཡོད། ཡོད་ན་ལག་
 པ་ཡར་ཁྱོགས་ཞེས་བཤད་དུས། ཆང་མ་ཁ་རོག་གེར་བསྐད། འདུག་ནི་ཨ་ཡོད་ཅེས་ཡང་དང་ཡང་དུ་ངྲིས་
 གྲང་ཐར་བཞིན་ཁྱ་སེམ་མེར་བསྐད། དེ་ནས་བྱང་སེམས་མི་ཚོགས་ཁྱོད་ནས་ཡར་ལངས་ཏེ་ཅང་རྒྱལ་ཆས་
 རྒྱལ་བོར་འདུག་ནི་མེད་ན་ང་འདུག་ཅེས་ལག་པ་ཡར་ལ་བཀུགས། དེ་ནས་ཕྱེ་དཔོན་གྱིས་ཅང་རྒྱལ་ཆས་
 རྒྱལ་བོར་འདུག་རྒྱ་ཟེར་མཁན་དེ་ཡར་ཁྱིད་ཤོག་ཅེས་སྟོན་པོ་འགའ་ཡོང་ལྟེ་ཁྱིད་ཐེངས་གཅིག་གིས་རྒྱལ་
 བོའི་ཁྲབ་དང་བཅས་ཏེ་བསྟོན་ནས་རྒྱལ་སར་འཁོལ་བ་དང་སྟོན་མོ་རྒྱ་ཆེན་པོ་མཛད་དེ་ཆང་མས་དགའ་
 དགའ་ལྟོ་སྟོའི་ངང་སྟོན་མོར་རོལ་བ་རེད། ཕྱི་དྲོ་མི་ཇེ་ཉུང་དུ་སོང་ནས་མཆམས་ཤིག་ལ་རྒྱལ་བོའི་གསེར་
 ཁྲིའི་ཉེང་གི་ཁོ་རང་ཉིད་མ་གཏོགས་མི་གཅིག་གྲང་མེད་པས་ལག་ཕྱེ་ལ་ད་ཅི་ཞིག་བྱེད་དགོས་སམ་ཞེས་
 ངྲིས། ཡག་ཕྱེས་ཁྱོད་ད་དུང་ཁྱི་ཐོག་ཏུ་ཁ་རོག་གེར་ཅོག་ནས་སྟོད་དང་བྱང་མེད་གཟན་ཐག་དཀར་པོ་
 ཅན་ཞིག་གིས་ཁ་བཏགས་ཤིག་བབྱང་ནས་འོང་ལ། ཁྱོད་གྱི་ཞལ་ནས་བྱག་མི་འཆལ་བར་གུས་པ་ཞིག་བྱས་
 ཏེ་རྒྱལ་བོ་ལགས། སྐྱ་ཨེ་བསེལ་ཐལ་ཞེས་ཟེར་དུས། ཁྱོད་གྱིས་ཅི་ཡང་ཟེར་མི་ཉན་ལ། ཁྱོད་གྱིས་དེ་ལ་ལན་
 མ་ཞེར་བར་ཁ་རོག་གེར་སྟོད་དང་། རྒྱལ་བོ་ལགས། ཟ་རྒྱ་འཆར་རྒྱ་རེ་མེད་ལ་ཞེས་ཟེར་ངེས། དེ་དུས་ཁྱོད་
 གྱིས་པར་གྱི་སྟལ་བ་སྟེ་དེར་མཆུ་སྟོན་ཞིག་བྱས་ལ་ཁ་མ་གཤགས། ཁ་གཤགས་དུས་ཁྱོད་གྱིས་དེ་འདུལ་བྱལ་ནི་
 མ་རེད་ཅེས་བཤད། དེ་ནས་ཁྱི་ཐོག་ཏུ་ཁ་རོག་གེར་བསྐད། ཆུང་ཅམ་འགོར་རྗེས་གསེར་སྟོན་ཕྱིས་ཏེ་བྱང་
 མེད་གཟན་ཐག་དཀར་པོ་ཅན་ཞིག་ནང་ལ་ཐོན། ཁྱི་ཐོག་ནས་བརྟན་བསྐད་དུས་ཐུན་ལ་ཡོང་ནས་གུས་
 པ་ཞིག་བྱས་ཏེ། རྒྱལ་བོ་ལགས། སྐྱ་ཨེ་བསེལ་ཐལ་ཞེས་ངྲིས་དུས། བྱང་སེམས་གྱིས་བསེལ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཁ་
 བྱང་ནས་ཤོར་སོང་། བསེལ་ཤོར་དུས་སྟེའི་ཡག་ཕྱེ་འཁོར་ནས་བྱང་ཁར་ཅིག་བརྒྱབ་པ་རེད། དེ་ནས་ཁོས་
 ཁ་གཤགས་མི་ཉན་བསམ་ནས་ཁ་རོག་གེར་བསྐད། དེ་ནས་ཡང་། རྒྱལ་བོ་ལགས། ཟ་རྒྱ་འཆར་རྒྱ་རེ་མེད་ལ་
 ཞེས་ངྲིས་དུས། པར་གྱི་སྟལ་བ་སྟེ་དེར་མཆུ་སྟོན་ཞིག་བྱས་པ་རེད། མས་དེ་ཁྱུང་ཐེངས་གཅིག་གིས་ཤར་སེ་
 བྱང་སོང་། དེ་ནས་ཡག་ཕྱེ་ལ་ད་ཅི་ཞིག་བྱེད་དགོས་སམ་ཞེས་ངྲིས་དུས། ཡག་ཕྱེས་རྒྱལ་བོའི་བཞུགས་ཁྱིའི་

རྒྱལ་ངོས་ན་གསེར་མདའ་ཞིག་དང་གསེར་གཞུ་ཞིག་ཡོད། རྩོན་ཆད་གསེར་གཞུ་འདི་བཀའ་ནས་གསེར་མདའ་འདི་འཕང་སྤྱང་མེད་པས་ཁྱོད་ཀྱིས་འདི་བཟུང་ལ་འདྲེ་མོ་དེའི་མེས་དེད། འདྲེ་མོས་སོལ་བ་འཆང་ཞོར་གཏོར་ཞོར་དུ་སོང་བའི་མེས་དེད་ལ་སོང་དང་བྲག་ཁྱུང་ཞིག་གི་ནང་དུ་འཐེན་ཡོད། བྲག་ཁྱུང་དེའི་ནང་དུ་སྐར་ནས་འགྲོ་དགོས་ལ། དེའི་ནང་ལ་སོང་ན། ད་རྩོན་གྱི་བྱུང་མེད་ཡག་མ་དེ་མིན་པར་ཀན་མོ་སྐྱ་དཀར་པོ་ཅན་གྱི་ངོའི་ཕྱེད་ཅུལ་སངས་ཡིན་པ་ཞིག་མེད་མར་བོ་ཞིག་གི་ནང་ན་སོལ་བ་སྟེ་གང་དེ་གསལ་ལ་བརྟེན་ཏེ་ཐོས་ནས་རྩོད་སྐབས། ཁྱོད་ཀྱིས་ཨ་སིན་མོ། ང་ཅང་རྒྱལ་ཆས་རྒྱལ་བོ་ཡིན། དེ་རིང་ངས་ཁྱོད་གསོད་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་གཞི་སྟོང་དུ་མདའ་བཞག་ནས་རྒྱབ་པས་ཞེས་བཤད། དེ་ནས་བྱང་སེམས་ཀྱིས་མདའ་གཞི་བཟུང་སྟེ་བྲག་ཁྱུང་དེའི་ནང་ལ་འཇུལ་དུས་འཇིགས་སུ་ཅུང་བའི་སྐད་ཀྱི་ཅོ་ཅོ་གདོང་གི་ཕྱེད་ཀ་ཤ་དང་ཕྱེད་ཀ་ཅུལ་སངས་ཡིན་པ་ཞིག་གིས་མེད་མར་བོ་ཞིག་གི་ནང་ན། ད་རྩོན་གྱི་སོལ་བ་སྟེ་གང་དོ་གསལ་ལ་བཟུང་ཏེ་ཐོས་ནས་རྩོད་སྐབས། ཁོས་ཨ་སིན་མོ། མ་འགྲོ་བ་ཁམས་གསུམ་ལ་གཞོད་འཆོ་གཏོང་མཁན་ཁྱོད་དེ་རིང་ངས་མེད་པར་གཏོང་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་གཞུ་སྟོང་ལ་མདའ་བཞག་དུས་མ་ཞིག་ལ་སྐུལ་ཏེ་འགྲོ་ཆེས་བྱས་པ་རེད། ཡིན་ནའང་འགྲོ་མ་བྱུང་པར་གསེར་མདའ་དམ་ལ་བཏགས། ཕྱིའི་ནངས་ཀ་དེར་ཐེ་དཔོན་མཁར་ནང་དུ་ཡོང་དུས་ཞི་ལི་ཉལ་ནས་བསྐད་ཡོད་པ་རེད། དེ་ནས་ཐེ་དཔོན་གྱི་སེམས་ལ་ཨ་ཡ་མཚན་ད་ཐེ་ཐེ་བ་འདིའི་ནང་གི་ཞི་ལི་གང་དགའ་གང་བཟང་ཆང་མ་འདྲེ་སིན་གྱིས་མེད་པར་བཏང་བེན། ཞི་ལི་འདི་ལ་གཞོད་པ་གཅིག་ཀྱང་མ་ཐེབས་པར་བསྐད་ཡོད་པས་ངོ་མ་སྟེས་བྱ་དམ་པ་ལ་མཚན་ཞིག་གསལ་ཡང་ན་མ་འོངས་པའི་བདུད་ཅིག་ཡིན་ནའང་ཐང་། གང་ལྟར་གཞོད་འཆོ་གཅིག་ཀྱང་མ་ཐེབས་པར་བསྐད་ཡོད་པས་ངེས་པར་དུ་ཅང་རྒྱལ་ཆས་རྒྱལ་བོར་འཇོག་དགོས་པ་རེད་ཅེས་དེ་ནས་བཟུང་ཅང་རྒྱལ་ཆས་རྒྱལ་བོར་བཞག་སྟེ་རྒྱལ་ཁམས་ཐམས་ཅད་བདེ་ལ་བཀོད་ནས་མཚན་སྟོན་ཕྱགས་ཀྱི་ཐ་གུ་ཡངས་པོར་བྱུང་བ་རེད།

མཐུག་གཏམ།

བདག་ལ་མཚོན་ན་རིག་གནས་ཀྱི་རྒྱ་ཆད་དང་ཐོས་རྒྱ་མཐོང་རྒྱ་སོགས་ཕྱོགས་གང་ཅིས་ཐད་ནས་ཞན་པས་འདི་རྩ་བུ་ཞིག་ཡིགེར་འགོད་རྒྱུའང་ལས་སྒྲ་བོ་ཞིག་མ་རེད། འོན་ཀྱང་སྒྲ་བ་ལྟ་འདི་ནས་ལོ་ངོ་དུ་མར་སྐྱབས་པ་ཕྱན་ཙམ་བྱས་པ་དང་རང་ཉིད་མཐར་ཕྱིན་སྒྲོབ་མ་ཞིག་ཡིན་པའི་ངོས་ཐད་ནས། འབྲས་

རྟགས་ཤིག་གི་ཆེད་དུ་ཡི་གེར་ཕབ་པ་ཡིན། འདི་ལ་ཐེབ་ལེགས་ཆོག་གི་སྒྲོར་སྒྲུངས་མི་ལེགས་པ་དང་ཡིག་
སྒྲིལ་སྟེངས་ཡོད་མེད་པས་རྒྱ་ཆེ་བའི་སྟོག་པ་བོ་ནམས་དང་སྟག་པར་དུ་གཏམ་རྒྱུད་འདི་བཤད་མཁན་ལ་
དགོངས་འགལ་མེད་པར་བྱའོ།

བཅར་འདྲི་བྱེད་ཡུལ། ར་རྒྱ་སྤྱི་ཤིག་ཆེན་ཐེ་བའི་རབ་བཏན།

བཅར་འདྲི་བྱེད་མཁན། ར་རྒྱ་སྤྱི་ཤིག་ཆེན་ཐེ་བའི་རབ་བཏན།

བཅར་འདྲི་འདྲི་རྒྱུ་ཆེད། 2016.2.28

བྱ་མོ་པོ་གསར་གྱི་ཉམས་ཅན།

སངས་རྒྱལ་སྐུ་བས། ཨ་མཚན།

[ནང་དོན་གནད་བསྟུན།] གཏམ་རྒྱུད་འདིར་ཆོ་འདས་ཤིག་སྐྱ་ནག་ཅིག་ལ་ཞེན་ཆགས་ཀྱི་དབང་གིས་འདྲེ་ཅ་
ཐུང་ཏེ་བྱ་མོ་ཞིག་ལ་གཞོད་པ་བྱས་ཚུལ་བྱིས་ཡོད།

གཏམ་རྒྱུད་དོས།

རིག་གནས་གསར་བཞེ་ཆེན་མོ་སྐུ་བས་ལ་ཉེ་བའི་སྐབས་སུ་པ་ཡུལ་སྐྱ་བྱང་བསང་ཆུ་རྫོང་ནས་ཡིན་
པའི་འབྲོག་ཁྱིམ་དུ་ལྷུས་མ་ཞིག་ལ། ཉེན་ཞིག་གི་ཕྱི་དྲོར་ས་གནས་དེ་གའི་འབྲོག་པ་ཀན་པོ་ཞིག་དང་གཞོན་
ནུ་ཞིག་གིས་སྐྱ་ནག་ཅིག་དེ་ཆང་ལ་བཅོལ་ཏེ་ཉེན་འགའ་འགོར་རྒྱུ་སྟེ། སྐྱོ་བྱར་དུ་དེ་ཆང་གི་གཤིས་འཇམ་
ཚུལ་ཐུན་གྱི་བྱ་མོ་པོ་ཉེ་བྱ་ཡོན་པ་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་འགྲོ་སྐྱོང་ས་འདུག་སྐྱངས་སོགས་དུས་རྒྱུན་དང་མི་འདྲ་
བར་པོ་གསར་གྱི་ཉམས་འགྱུར་དང་ཚུགས་ཀྱི་བསྟན་ཏེ་ལུས་འབྲེད་ཉལ་བྱས་ཏེ་ལག་པས་མ་ལེར་རྒྱ་ཞོར་
ཁ་ནས་སེག་པ་འདེབས་པ་དང་། མཚན་མས་རེར་བྱ་མོ་དེས་ལག་པ་མཚན་འོག་ཏུ་བཅུགས་ཏེ་འབྱིང་འགྲོས་
ཀྱིས་ཡར་འཁོར་མར་འཁོར་བྱེད་ཅིང་གཤིས་རྒྱུད་རྩལ་པ་སོགས་ཀྱི་རྟགས་འདྲ་མེན་སྟེ་ཆོགས་བསྟན་པ་
ན། བྱ་མོའི་ཨ་པའི་སེམས་མ་བདེ་བར་གྱེ་འབྲེལ་ཡོངས་ལ་གྲོས་བསྟར་བྱས་རྗེས་ས་གནས་དེ་གའི་མོ་
ཅེས་པ་ཤུགས་ཅན་ཐུགས་པ་ཆོས་འཛིན་^① ཆང་གི་མདུན་དུ་མོ་ཅེས་བྱ་ཅོང་། ཁྱིམ་བདག་ཀན་པོས་
རང་གི་ད་ལྟའི་བྱ་མོའི་འགྲོ་འདུག་སྐྱོད་གསུམ་སོགས་ཐུགས་པར་ཁྱས་པ་ན་ཁོང་གིས་སྐྱ་མ་དགོན་མཚན་གྱི་
ལ་གསོལ་བ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་བཏབ་སྟེ་ཕྱག་སྐྱོང་པར་འདེད་ཚུར་འདེད་འགའ་བྱས་རྗེས་གསུང་རྒྱུ། ཁྱིད་
ཆང་ལ་ཁྱིམ་ཆང་གཞན་ཞིག་གི་ཅ་ལག་ཅིག་བཅོལ་ཡོད་པ་དང་། དེ་བཅོལ་བའི་ཉེན་དང་ཅ་ལག་དེའི་
དབྱིབས་དང་ཁ་དོག་བཟོ་སྐྱོར་སོགས་གསུངས་མ་ཐག་བྱ་མོའི་ཨ་པའི་སེམས་ལ་ཉེན་འགའི་ཐོན་གྱི་ཕྱི་དྲོ་

① ཐུགས་པ་ཆོས་འཛིན་ལགས་ནི་ཤ་ཀུན་མཁྱེན་འཇམ་དབྱངས་བཞུགས་པས་ཕྱག་འདེབས་མཛད་པའི་སྐྱ་བྱང་དགོན་པ་
དང་ས་དཀར་ཆེ་བ་གཉིས་ཀྱི་དཀྱིལ་ན་གནས་པའི་གོས་དཀར་སྐྱང་ལོ་ཅན་གྱི་ཐེ་ཆེན་པོ། ཐུགས་པ་ཤུ་ཆང་གི་ཐུགས་
པ་དང་བོད་ཀྱི་རྒྱུད་བ་ཤུགས་ཅན་སྐལ་བཟང་ཤུགས་པའི་པ་ཀན་ཡིན།

དེར་འཕྲོག་པ་གཉིས་ཀྱིས་བཅོལ་བའི་སྐྱ་ནག་དེ་ཡིད་ལ་ཤར་ནས་ཁོས་དངོས་པོ་དེའི་ཡོང་ཁོངས་དང་རྒྱ་
 མཚན་སོགས་ལྟགས་པ་ཁོང་ལ་ཞིབ་མོར་ཞུས་པས་ལྟགས་པ་ཆོས་འཛིན་གྱིས་སྒོ་ཐག་ནང་ཆོད་གྱིས་གསུང་
 ལྟར། སྐྱ་ནག་དེའི་བདག་པོ་ད་ལྟ་འཛིག་རྟེན་འདི་དང་ཁ་བྲལ་ནས་གདོན་འདྲེ་ཞིག་ཏུ་སྐྱར་ཡོད་ལ།
 དེའི་རྣམ་ཤེས་སུ་མོའི་ལུས་སྟེང་དུ་ཞུགས་ཡོད་ཅེས་གསུངས་མ་ཐག་སུ་མོའི་ཨ་པས་ལྟགས་པ་ཁོང་གི་
 མདུན་དུ་བྱས་མོ་གཉིས་ས་ལ་བཅུགས་ཏེ་མིག་ནས་མཆི་མ་གཏོར་བཞིན་ལྟགས་པ་ལ་ཞུ་བ་བྱས་ཏེ་ཁྱོད་
 ཀྱིས་བྱམས་སྟེང་ཆེ་ཞིག་སྒོམ་ནས་ངེད་ཀྱི་ཆོན་ཆོན་གཉིས་ཀྱི་དཔལ་པོའི་མིག་དང་སེམས་ཀྱི་རྩྭ་ལྟ་བུ་ལུའི་
 སུ་མོ་འདི་ཅིག་སྐྱོབ་རོགས་ཞུ་ཞེས་ཞུས་པས། ལྟགས་པས་སུ་མོའི་ཨ་པར་ད་ཁྱོད་སྐྱར་དུ་བྱིར་བྱིས་ལ་སོང་
 བས་རྒྱུ་སོགས་བྲ་སྒྲིག་གིས། བྱི་དྲོ་ཚོགས་ཤོལ་མ་ཐག་དང་ཁྱེད་ཆང་ལ་ཡོང་ཞེས་གསུངས་པས་སུ་མོའི་ཨ་
 པའི་གདོད་ལ་དགའ་བ་འབྱམས་ཀྱིས་ཁོངས་ཏེ་དེ་མ་ཐག་བྱིར་བྱིས་ལ་སོགས་ཞེ་ལྟགས་པ་ཁོང་གི་གསུང་བཀོད་
 རང་བཞིན་རྒྱས་དང་མཚོན་པ་མཚོན་བཤམས་ཀྱི་ཐེབ་ཙེ་སོགས་བྲ་སྒྲིག་བྱས་རྗེས། ཚོགས་ཤོལ་ལ་ཉེ་བའི་
 རྒྱབས་རྟ་གཅིག་ཞོན་ཞིང་གཅིག་བྲིད་ནས་ལྟགས་པ་ཆོས་འཛིན་ཆང་བྱིས་དུ་བསུ་བ་སོང་། ལྟགས་པ་བྱིས་
 ལ་ཐོན་མ་ཐག་གདོན་གྱིས་བཟུང་བའི་སུ་མོ་དེ་འཛིགས་སྐྱང་ཞིག་སྐྱེ་བཞིན་འདུག་ལ། ལྟགས་པས་བྲེལ་
 བྲེལ་འཚོབ་འཚུབ་ཀྱི་དང་ནས་ཇ་མོར་བ་གང་ཡང་མ་བཞེས་པར་ཀ་ཏོར་འེད་ནང་དུ་ཆུ་པ་བརྩིས་ཏེ་གཏོར་
 མ་བཅས་པ་དང་མཚོན་འབྱལ་སོགས་བྱས་རྗེས། ཁོང་ཆང་གི་ཤ་ཉེ་འབྲེལ་ཡོངས་ཀྱིས་སུ་མོའི་ལག་པ་
 གཡས་གཡོན་ནས་བཟུང་སྟེ་མཚོན་ཁང་གི་ཉེ་འབྲེལ་དུ་ཐོན་མ་ཐག་ཁ་ནས་ཨག་སྐྱ་ཆེན་པོ་ཞིག་དང་
 བཅས་སྒོར་བོས། ལྟབས་ལེགས་པ་ཞིག་ལ་བྱིས་ཆང་དེའི་སྒོ་ཆེན་ལ་ཟླ་བ་ཆུབ་ཡོད་སྟབས་འགྲོ་མ་ཐུབ་པར་
 ཁང་བའི་ར་ནང་ནས་གནམ་ཐིང་ས་ཐིང་བྱས་པས། བྱིས་མི་ཡོངས་ཀྱིས་སུ་མོའི་དཔུང་བ་གཡས་གཡོན་
 གཉིས་ནས་བཟུང་བ་དང་སུ་མོའི་ཕུ་བོས་མོའི་ལྷག་རྒྱབ་ནས་འཇུག་ཏེ་སྐར་ཡང་ལྟགས་པ་བཞུགས་སའི་
 མཚོན་ཁང་ནང་དུ་བྲིད་ནས་ཆོས་ལ་ཉན་དུ་བཅུག ལྟགས་པ་ཁོང་གིས་སྐྱབས་འགོ་སེམས་བསྐྱེད་རྟ་དབྱངས་
 ཀྱི་ལམ་ནས་བྱག་ལ་བསྐྱམས་པའི་ཁ་དོག་ནག་པོ་ཅན་གྱི་རས་རྩ་ཞིག་གཡུག་ཐངས་རེ་ལ་སུ་མོའི་མིག་
 མདངས་དམར་པོར་སྐྱར་ཞིང་ཁ་ནས་ལྷར་སྐྱ་ཆེན་པོ་སྒྲིག་པ་དང་། ཀྱང་ལག་གིས་འཕགས་འཚོག་བྱས་པས་
 བཟུང་མི་ཡོངས་ཀྱིས་ཤེད་ཤུགས་ཡོད་དགུ་བཏོན་པས་སུ་མོ་སྟོའི་ཕྱོ་རོལ་དུ་འགྲོ་མ་ཐུབ་པར་མི་འདུག་ཀ་
 མེད་བྱུང་། ལྟགས་པས་ཆོག་སོགས་བསྐྱབས་ནས་ཆོས་གསུང་ཆར་མ་ཐག་འདྲེས་བཟུང་བའི་སུ་མོ་དེ་དུས་

ཚོད་བྱེད་ཅམ་ལ་བརྒྱལ་སོང་། དེ་རྗེས་སྤྱི་མཉམས་སྤྱོད་ཅིང་དེ་མ་ཐག་བཟའ་མི་ཡོངས་ཀྱིས་བརྒྱུར་ནས་
 རྒྱལ་ས་པའི་མདུན་དུ་ཕྱག་གསུམ་འཚལ་དུ་བཅུག། རྒྱལ་ས་པས་སང་ཉིན་ཕྱ་དྲོ་ཟླ་བའ་དགོན་པའི་ནང་གི་
 ཨ་སྤྱ་གཙོད་པ་བ་གཉིས་གདན་དྲངས་ཏེ་གཙོད་གསུང་དུ་བཅུག་ན། དང་ཕྱིན་ཆད་ཁྱེད་ཆང་གི་སྤྱ་མ་ལ་
 འདི་འདྲ་བའི་གཙོད་པ་མི་འབྱུང་ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དགོན་པའི་ནང་ནས་གཙོད་པ་བ་གཉིས་གདན་
 དྲངས་ཏེ་གཙོད་གསུང་དུ་བཅུག། དེ་ནས་བཟུང་སྤྱ་མ་དེ་ཕྱར་བཞིན་གཤིས་འཇམ་སྒྱུད་བཟང་ཞིག་ཏུ་གྱུར་
 ཞིང་། ཟླ་མ་དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་མཐུ་དང་ཕྱིན་རྒྱལ་ས་ཀྱིས་ཁོ་མོར་ཆོ་ཡི་བར་ཆད་ཅི་ཡང་མ་ཐེབས་
 པར་ད་ལྟ་ལོ་བརྒྱད་ཅུར་སོན་ཡོད།

གསལ་བཤད། བཅར་འདྲི་བྱ་ཡུལ་གྱི་དངོས་མིང་ཡིག་ཐོག་ཏུ་འགོད་པར་མ་དགྲེས་པས་བཀོད་མེད།

ཨ་མདོ་མ་ཚུའི་དངོས་བྱུང་འདྲེ་སྒྲུང་ཞིག་སྒྲིབ་པ།

སྐལ་བཟང་བསོད་ནམས།

ཨ་མདོ་མ་ཚུའི་ཁོ་སྒྲུང་མའི་ཚུགས་ཀྱི་འདྲེ་སྒྲུང་འདི་སྒྲིབ་ཆེ་ངེས་པར་དུ་མ་ཤེས་ཐབས་མེད་དང་མ་
བརྟེན་ཐབས་མེད་ནི་ཞལ་ཤུལ་སྒྲུབ་ཐང་དང་པོ་རྗེ་ལེ་ཐལ་ཚུལ་ཁྲིམས་དར་རྒྱས་ཆང་གི་ལོ་རྒྱུས་རྟགས་ཙམ་
ཞིག་སྒྲོག་པ་པོ་ཀུན་ལ་འདྲེ་སྒྲུང་འདི་བདེན་དཔང་གི་ཚུལ་དུ་སྒྲིབ་ན།

མདོ་སྒྲུང་བརྟན་པའི་འབྲུང་གནས་དགེ་ལུན་བཤད་སྒྲུབ་བཀྲ་ཤིས་གཤམ་སུ་འབྱེལ་བའི་ཆོས་ལུ་ཆེན་པོའི་
མཁས་བླ་པ་གཉིས་འཛིན་ཀྱི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཆེན་མོ་རྗེ་བཙུན་ལེ་ཐལ་ཚུལ་ཁྲིམས་དར་རྒྱས་ཆང་
འབྲུངས་སའི་ལུལ་ནི། ཆོས་ཁ་གསུམ་དུ་བྱེ་བའི་ནང་ཆོན་མདོ་སྒྲུང་ལྟོ་སྒྲུང་འཛིན་མའི་ཐིག་ལེར། རུས་
ཆེན་བཞི་བྱུང་བའི་ནང་ཆོན་ལྟོ་སྒྲུང་ལྟོ་སྒྲུང་ལྟོ་སྒྲུང་ལྟོ་སྒྲུང་ལྟོ་སྒྲུང་ལྟོ་སྒྲུང་ལྟོ་སྒྲུང་ལྟོ་སྒྲུང་ལྟོ་སྒྲུང་
དབལ་ཤུལ་བྱུང་བ་ཐར། མིང་གཞན་ལྟོ་སྒྲུང་བཙུན་ལེ་ཐལ་ཚུལ་ཁྲིམས་ཀྱི་བྱུང་ལས་མཆེད་པའི་ལེ་ཐལ་དཔོན་པོ་སྒྲོ་
ལོ་སྒྲུབས་ལ་བྱུང་འགའ་ཡོད་པ་ལས། ལུ་གཅིག་མཛོད་དགེ་སྒྲོད་དུ་བྱིས་གཞི་ཆགས་པས་ཞལ་ཤུལ་ཞེས་པ་
བྱུང་། དེའི་ནང་ཆོན་ལས་ལེ་ཐལ་ཞལ་ཤུལ་ཟེར་བ་ཞིག་མཛོད་དགེ་ཨ་བྱ་ནས་བརྟུང་པའི་སྒྲུན་གསུམ་ལས་
ཞལ་ཤུལ་རབ་རོ་ཆང་བཅས་དུ་བ་གསུམ་མཛོད་དགེ་སྒྲིབ་བ་བརྟུང་དེ་སྒྲོ་ལོ་སྒྲུང་དུ་ཡོང་ནས་གཞིས་ཆགས་
ཏེ་ཡུན་རིང་མ་སོང་བའི་མཆོམས་ཤིག་ནས་ལྷ་སར་མཇལ་དུ་འགྲོ་བའི་ཟླ་བ་ཞིག་ནད་དྲག་པོས་གཟིར་ཏེ་
སྒྲོག་འཆོ་དཀའ་བ་ཞིག་མཛོད་འཕལ་ཞལ་ཤུལ་རབ་རོ་ཆང་གིས་གཉོར་སྒྲོད་བྱས་ཏེ་སྒྲོག་ཉེན་ལས་བསྐྱབས།
ཟླ་བ་དེས་བའི་སྒྲོག་སྒྲོབ་ཀྱི་དྲིན་ཆེན་ཁྱེད་ཆང་ཡིན་པས། འཇིག་རྟེན་འདི་ན་ཁྱེད་ཆང་ལས་བཀའ་དྲིན་
ཆེ་བ་ཞིག་བདག་ལ་གཏན་ནས་མེད། དེ་ཕྱིར་བདག་གིས་ཅིས་དང་ས་དབྱང་རྩེད་ཙམ་ཤེས་པས་ཁྱེད་ཆང་
ལ་རྒྱ་འཕྲོར་རྒྱས་ས་ཞིག་ལ་བྱས་གཏིར་འཛིག་གསུངས། དེ་དུས་ཁོང་ཆང་གི་པ་ཡུམ་གྱིས་བདག་གིས་ཟ་
མོ་ནས་འཁོར་བའི་གཏིར་འདི་ཨོ་ཆོད་བསམ་བཞིན་ཡོད་པས་ཟླ་བ་ཆོད་ལྡན་རེ་འབྲུངས་སར་གཟིགས་
ལུས་པ་བཞིན་དུ། ཟླ་བ་དེས་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་འབྲུངས་སའི་ས་རྗེ་རུས་སྐལ་ཁ་སྐྱབ་པ་དང་འདྲ་
བའི་སྒྲིབ་དུ། གནམ་སྒྲོན་པོའི་རྒྱབ་ཡོལ་བྱས་ནས་བྱས་གཏིར་བཞག་ བྱིས་སུ་ཁོང་ཆང་ལ་དགེ་བཤེས་ལེ་

མལ་བཟོད་པ་རྒྱ་མཚོ་ཆང་དང་། དགེ་བཤེས་ཁེ་མལ་ཚུལ་ཁྲིམས་དར་རྒྱས་ཆང་ནམ་གཤིས་འབྲུངས། ཞལ་
 རྩལ་རབ་རོལ་བྱ་གཤིས་དང་བྱ་མོ་གཅིག་བཅས་མིང་སྤོང་གསུམ་ཡོད། པཱ་ཆེན་དག་གི་དབང་ཕྱུག་གཤམ་
 པ་དང་། དཔོན་རྟོན་སྒྲིང་སྤང་བ་ཆེན་པོ། སྤམ་དར་མ་མདོ་ཕྱེ་སྟགས་ཀྱི་སྒྲིམ་ཕྱང་བར་མ་ཆད་པར་བཞེས་
 པའི་མཁས་བླུ་བ་གཤིས་འཛུམས་ཀྱི་རྩེ་བཅུན་ཁེ་མལ་ཚུལ་ཁྲིམས་དར་རྒྱས་ཆང་ནི་ངོ་མཚར་བའི་རྩལ་མང་
 བོ་དང་བཅས་ཏེ་རབ་བྱུང་བཅུ་གསུམ་པའི་ས་པོ་རྟའི་༡༧༤༧ལོར་སྐྱུ་འབྲུངས། གཞིན་དུས་ནས་ཆོས་ཀྱི་
 བག་ཆགས་སང་དེ་སྐྱེ་སྐྱུན་བཟོད་པ་རྒྱ་མཚོ་དང་ཁོང་ནམ་གཤིས་རབ་བྱུང་ལྗེ་མོས་བསམ་ལ་བཅོན་པ་
 ལྟར་ལེན་བྱས། དགྲུང་ལོ་བཞི་བ་ལྷགས་མོ་ཡུག་༡༧༡༧ལོར་ལུང་རྟོགས་བཟླན་པའི་འབྲུང་གནས་ཆོས་ལྗེ་
 ཆེན་པོ་དཔལ་ལྷན་བརྒྱ་ཤིས་གཡས་སུ་འབྱུང་བའི་ཕྱེ་ཆེན་པོར་སྒྲོབ་གཤེན་དུ་སྐྱེ་སྐྱུན་ནམ་གཤིས་ལེབས།
 དགྲུང་ལོ་བཅོ་ལྔ་བ་རྒྱུལ་ལོར་བརྒྱ་ཤིས་འབྱུང་དུ་ཆོགས་ཞུགས་མཛད་དེ་རྩོ་སྐྱོགས་རྩིས་དང་དཔེ་བྲིད་
 དང་དཔེ་གཟིགས། འཛིན་སྐྱོར་སྐྱོང་སྟགས་ལ་བཅོན་པ་རྟོན་མེད་བཀྲིས། མདོ་ལྷགས་གཤིས་དང་གཞན་
 ལུན་མོང་བའི་རིག་གནས་ལྗེ་སྟགས་ལ་སྐྱུངས་པ་དབྱིས་ཕྱིན་པར་མཛད་དེ། རྩོ་རམས་དམ་བཅདེ་མཚན་
 བཏགས་དོན་དངོས་སུ་བཞེས་ཏེ་མཁས་པའི་སྐྱན་བཟླགས་བཅུར་བྱུག། བྱུང་པར་དུ་མདོ་སྐྱོང་བཟླན་པའི་
 མངའ་བདག་ཀྱང་མཁྱེན་ཆེན་པོ་འཇམ་དབྲུངས་བཞད་པའི་རྩོ་རྩེ་སྐྱེད་གསུམ་པ་རྩེ་བཅུན་སྒོ་བཟང་
 ལུབ་བཟླན་འཛིགས་མེད་རྒྱ་མཚོ་དཔལ་བཟང་པོའི་ཞལ་ལྗེ་ནས་དབང་དང་བཤད་ལུང་མང་དུ་སྒོབ། བསོད་
 གཤམ་སྐྱེ་ཕྱང་གཤིས་པ་རྩེ་དགོན་མཚོག་རྒྱ་མཚོ་ཆང་ལས་གཅོད་ཀྱི་གདམས་པ་ཆ་ཆང་གསལ། གཞན་
 ཡང་། པཱ་ཆེན་སྐྱེ་ཕྱང་བདུན་པ་བཟླན་པའི་ཉི་མ་ཆང་དང་། རྒྱལ་མཁན་པོ་གཤམ་པ་རྒྱལ་མཚན་ཆང་
 སྟགས་སྐྱེ་ཕྱུལ་དགེ་བའི་བཤེས་གཤེན་མང་པོའི་ཞབས་དུལ་ཚུལ་བཞེན་བཞེན་ཏེ། དབང་ལུང་རྩེས་གསུམ།
 བྲིད་དང་ཞལ་ལུང་། མན་དག་སྐྱན་རྒྱུད་སྟགས་ཟབ་པ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཆོས་ཀྱི་བདུད་རྩིས་ཕྱགས་རྒྱུད་ཡོངས་
 སུ་གཏམས་པར་མ་ཟད། དེ་དག་ཁྲུངས་ལྷན་བརྒྱུད་པའི་རིམ་པ་མ་འབྲུལ་བ། དབང་རྩེས་གནད་གི་ཕྱག་
 ལེན་མ་འཛུལ་བ། བྲིད་སྟགས་ཀྱི་གསུང་བཤད་ཀྱང་སྐྱེ་མ་གོང་མའི་ཕྱག་བཞེས་མ་ནོར་བར་རི་རྩེ་བ་བཞེན་
 མཛད། མ་ཅིག་ལཔ་ཀྱི་སྒྲོལ་མའི་སྤམ་པོ་བསོད་གཤམ་སྐུལ་བའི་སྐྱེ་རིན་པོ་ཆེས་བཀས་སྐུལ་བ་རྩར། ཁྱེ་
 དགེ་དགོན་ལེགས་བཤད་སྤོང་དུ་ལེབས་ཏེ་དམ་ཆོས་བདུད་རྩིའི་ཆར་ཆེན་པུ། གཞན་ཨ་མཚོག་མཚན་
 ཉིད་དགོན་དང་མཚན་སྒྲིག་དགོན་སྟགས་ལ་ལེབས་ཏེ་ལམ་རིམ་སྒོ་སྐྱོང་སྟགས་ཀྱི་བྲིད་དང་། དབང་ལུང་
 རྩེས་གསུམ་སྟགས་ཀྱིས་སྐལ་ལྷན་ནམས་ལ་རེ་བ་ཅི་འདོད་བཞེན་བསྐྱངས་ཤིང་། དགེ་ཚུལ་སྒོང་གི་སྒྲོམ་

བ་གནང་བ་སོགས་ཐར་བའི་ས་བོན་ཁྱད་པར་ཅན་བསྟན། དགྲུང་གངས་ང་ལ་བ་ཆུ་ལོ་བྱི་བ་ཉེ་བྱི་ལོ་༡༥༡
 ལོར་རྩེ་འཇམ་དབྱངས་བཞད་པ་འཇིགས་མེད་རྒྱ་མཚོ་ཚང་དང་། མཚན་སྟོག་མཐན་པོ་དགོན་མཚོག་
 འཕྲིན་ལས་ཚང་རྣམ་གཉིས་ཀྱི་བཀའ་ལུང་བསྟན་བཞིན་དུ་ཁེ་ཐལ་རེ་ཁྱོད་འདྲི་ཕྱག་འདེབས་མཛད། དེ་
 རྣམ་རྩེ་ཉིད་ཀྱི་གདན་ས་ཁེ་ཐལ་ཅུ་ཁྱོད་འདིར་དགེ་འདུན་པ་རྣམས་ལ་བསྐྱབ་བྲིམས་རྣམ་པར་དག་པ་
 གཞི་བྱས་པའི་སྟེང་། གཞི་གསུམ་གྱི་ཕྱག་ལེན་རྣམ་པར་དག་པར་བཅུགས། གསང་ཐུགས་ཀྱི་རྟོགས་པ་
 ཁྱད་པར་ཅན་ཐུགས་ལ་འཁྱུངས་པའི་བྱུང་པའི་གོ་འཕང་མཚན་པོར་མངའ་བསྟེན་ཤིང་། བཀའ་མདམས་
 གཙང་མའི་རྣམ་ཐར་ལྷར་བཞེས་ཏེ། རྟོགས་པའི་ཡོན་ཏན་བྱམ་ནང་གི་མར་མེ་བཞིན་དུ་སྟེན་ཤིང་། དགོས་
 པ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་སྐབས་རེ་འགའ་རེ་མ་གཏོགས་སུ་ལའང་གསང་སྟེ་མཛོན་པར་མཛད། གསུང་
 ཚུལ་ཐེན་བྲིས་སྒྲིང་རེ་གཉིས་དང་། སྤང་འབྲེལ་སྟེན་དོན་གསལ་བའི་ཉིན་བྱེད་སྐལ་ལྷན་འཇུག་དོགས།
 ཟབ་མོད་གཞུང་མཚོག་ཤེས་རབ་སྟེང་བོད་དཔེ་བྲིད་ཀྱི་སྐབས་སུ་དབྱེད་གཞི་ཐོ་ཡིག་དུ་བྲིས་པ་ཟབ་དོན་
 སྟོ་འབྱེད། གཞན་ཐོར་བུད་སྟོར་སོགས་གསུང་ཚུལ་དུ་མ་བཅུམས། དགྲུང་གངས་དུག་ཅུ་བ་མེ་སྟེ་༡༥༡
 ལོའི་རྒྱ་བཞི་པའི་ཆོས་མགོ་ནས་བུང་སྟེ་བསྟན་ཚུལ་བསྟན་པར་བུ་སྟོབ་ཡོངས་ཀྱིས་བརྟན་ཞུགས་སོགས་
 ཞབས་རེམ་གང་འོས་བསྟུབས་ཏེ་གསོལ་བ་བཏབ་པར། ཞལ་ནས་དགོན་མཚོག་ལ་གསོལ་བ་འདེབས་ཞེས་
 པ་ཅམ་ལས་ལན་མ་གནང་བར་མཛད། གནས་བརྟན་འདུལ་བ་འཛིན་པ་རེ་འཇམ་ཚང་ལ། ཞལ་ནས་
 ངས་རེ་ཁྱོད་འདྲི་ལ་ཆོས་མཐུན་གྱི་བྱ་བ་ཅི་ཡོད་བསྟུབས་ཡོད། ད་ནི་རེ་ཁྱོད་འདྲི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ཁྱོད་
 ལ་གཏད་པ་ཡིན་པས་ཁྱོད་ཀྱིས་སྤྱད་པའི་ལས་གང་ཡིན་བྱ་དགོས་ན་འང་དམ་ཅན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ལ་ཞུས་དང་།
 དེས་དགོན་འདྲི་དང་ཁྱོད་ལ་ཤོགས་མཛད་དེས་ཡིན་ཞེས་ཞལ་ཆེམས་ཀྱི་རྒྱལ་དུ་གསུངས། ཐུགས་སྟེན་
 མཚན་སྟོགས་མཐན་པོ་དགོན་མཚོག་འཕྲིན་ལས་ཚང་དང་། འདུལ་འཛིན་རེ་འཇམ་ཚང་སོགས་བུ་སྟོབ་
 རང་མ་འགས་ཁོང་ཞལ་མེ་བཞུགས་པ་མཁྱེན་ནས་སྟེ་དོན་དུ་གསོལ་བ་བཏབ་པར་མ་ཟད་སྟེ་སྟེ་
 རྩེས་མའི་ཡབ་ཡུམ་གྱི་མཚན་སོགས་ཀྱི་ཆེད་དུ་སྟེ་ཆོགས་ཀྱིས་ཞུས་པར། སྟེ་རྩེས་མའི་ཡབ་ཡུམ་གཉིས་ཀྱི་
 མཚན་དང་ས་ཚུགས་སོགས་ལུང་བསྟན་ཡི་གེར་བཀོད་ནས་དབུ་སྟེན་ཀྱི་སྐམ་རྩུང་དུ་བཞག ལོ་རྩེས་མའི་
 དཔོ་རྒྱ་པའི་ཆོས་བཅུ་གཅིག་ཉིན་ལ་བྱེས་དང་གསལ་ལ་ཡོད་དེས་ཡིན་ཞེས་གསུངས་ཏེ་ཐེལ་རྟོགས་ཀྱིས་
 མནན། རྒྱ་དཔེ་ཆོས་བཅུ་གཅིག་ཉིན་གདུལ་བྱ་རྟོག་འཛིན་ཅན་རྣམས་ཆོས་ལ་བསྐུལ་ཕྱིར་གཟུགས་སྟེ་

རྒྱལ་པོའི་བཀོད་པ་ཚོས་དབྱིངས་ལྷ་བསྐྱས་པའི་ཚུལ་བསྟན་རྟོ།

གཏམ་རྒྱུད་དངོས།

ཁྱོ་ཁྱོ་སྤྲད་མའི་དགོན་གྲོང་ཀུན་གྱིས་འདྲེ་འདྲིའི་མིང་གི་བཟུང་ན་བཙོག་པོ་ཞིག་ལ་བཅི་ཚུལ་ཡོད་
པར་མ་ཟད། ད་དུང་མ་ཁུགས་མགོའི་ཡུལ་ཟླ་གཞན་པ་སོ་སོས་ནས་ཀྱང་འདྲེ་འདྲིའི་མིང་ཅམ་སྤྲོང་ན་ཏྲ་
ཅང་བཙོག་པོ་ཞིག་ལ་བཅི་ཚུལ་ཡོད། ཁྱོ་ཁྱོ་སྤྲད་མའི་མི་ཞིག་ཡིན་ནའང་མ་ཚུའི་པ་རོལ་སོགས་ནས་འདྲེ་
འདྲིའི་ལོ་རྒྱུས་བཤད་པ་མ་གཏོགས་དགོན་གྲོང་གང་ཅུང་ནས་གཏན་ནས་སྤྲོང་མི་སོང་ལ་སྤྲོང་སྟེལ་ཀྱང་
མེད་པ་ཞིག་ཡིན་ཟེར། འདྲེ་དང་མའི་བར་ནས་གྲོང་བཤད་མཐན་ཞལ་ཤུལ་སྤྲོང་དང་བོ་ཁེ་ཐལ་ཚུལ་
ཁྲིམས་དར་རྒྱས་ཚང་མ་ལས་བྱུང་གཉིས་ལྟན་གྱི་སྒྲ་མ་རེན་བོ་ཆེ་ཁོང་ཚང་ཡིན། ཡུལ་འདྲིའི་དམེ་སྐྱོར་ཚང་
གི་ཆུན་པོ་ཞིག་གིས་༼གསོད་མཐན་གྱི་མིང་མི་གསལ་༽མགོ་ཆུན་པོ་ཟེར་བ་དེ་བསད། མགོ་ཆུན་པོ་འམ་
མིང་གཞན་ལ་མགོ་ཟེར་ཡང་ཟེར་སྟེལ་ཡོད་པ་དེས་འཆེ་ཁར་རྒྱ་མ་སོགས་ཁོང་ཚང་གི་སྤྲོད་པུ་ལ་དཀྲིས་
ནས་སྤོན་ལམ་ལོག་འདྲེ་བས་བྱས་ཏེ་ཐང་གར་གཞོད་བྱེད་ནི་ཅིག་ཏུ་ལྟར་སོང་། དམེ་སྐྱོར་ལག་དམར་ཚང་
ལ་གཞོད་མང་བོ་བྱས་པ་མ་ཟད་ཆོ་བ་སྤྲད་མའི་དགོན་གྲོང་གཉིས་ལ་གཞོད་བྱས་ནས་རྟགས་ངན་པ་མང་
པོ་བསྟན། ལྷག་པར་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བསྟན་པ་ལ་གཞོད་འཆེ་མང་བོ་བྱས་ཟེར་བ། ཁོང་གི་གསང་རྣམ་
བཀའ་ཚུམ་ལས། དགེ་ལྡན་བསྟན་པ་འབྱུང་བའི་གདུག་ཅན་རྣམས། འདུལ་བྱེད་ལས་ཀྱི་གཤིན་ཇེ་བསྐྱལ་
བ་ན། བཀའ་སྤྱོད་ཐེས་སྤྱིའི་ཕྱག་མཆན་སོད་དབྱུག་ལས། དམར་ཆེན་རྟའི་རྒྱན་ཆོགས་དངོས་ལྷ་
བབས། ཞེས་གསུངས་ཡོད། ལྷད་པར་དུ་རི་བོ་དགེ་ལྡན་པའི་བསྟན་པ་ལ་སྤྱིང་ནས་ཐང་བ་འཆེ་བར་བྱེད་
པར་ནག་ཕྱགས་མི་མ་ཡིན་པའི་འདྲེ་ཐེན་གདུག་པ་ཅན་མངོན་སྟོན་གཉིས་ནས་གཞོད་ཅིང་འཆེ་བའི་སྤྱོར་
བ་མང་བོ་བཅུམས། དེ་ནས་ཞལ་ཤུལ་ཚང་གི་སྤོན་སྤྲོད་དག་པོའི་ལས་ཀྱིས་འདུལ་བར་གཟིགས་ནས་དམ་
ཅན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་བོར་སྐྱལ་བ་དྲག་པོ་ལ་སོགས་པ་གནང་ནས་དམ་ཅན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་བོའི་ཕྱག་མཆན་སོད་
དབྱུག་ནང་ནས་ཁྲག་གི་ཐེགས་པ་འཛོག་བྱུང་། ད་དུང་ཁོང་གིས་མི་རིང་བར་བསྟན་ལ་ཐང་བའི་གདུག་
ཅན་མ་ཅུང་བའི་སྤྱོད་པོ་འདྲི་ལ་རྟགས་ངན་པ་མང་བོ་སོན་དགོས་གསུང་བ་གསང་རྣམ་བཀའ་ཚུམ་ལས་
གསུངས་པ་དེ་རྩར་རེད། དེ་ནས་ལྷ་འདྲེ་གཉིས་ལ་གྲོང་བཤད་ནི་ཡིན་ཞེས་སྤྲད་མའི་ཆུན་རབས་པ་དག་
གི་ངག་རྒྱན་ཡོད་ཀྱང་། ལྷ་དང་འདྲེ་གཉིས་མིན་ལ་གཙོ་བོ་འདྲེ་དང་མི་གཉིས་བར་གྱི་གྲོང་བཤད་པ་
ཡིན། དམེ་སྐྱོར་ལག་དམར་ཚང་དང་འདྲེ་གཉིས་ཀྱི་བར་ནས་ཁོང་གིས་གྲོང་བཤད་པ་མ་ཟད་མན་ཚུན་

ལ་གསུང་ནན་མོ་མང་བོ་ཞལ་ནས་གསུངས། ལྷག་པར་དུ་མི་དང་མི་ལ་ལའང་པ་ལྷ་བུའི་ཚུལ་དུ་ལག་དམར་
 ཁོང་དང་འདྲེ་གཉིས་ཀྱི་བར་དུ་སྒྲུལ་བུ་འཕེན་ནས་བཤད་སྐབས་འདྲེས་ལག་པ་སོགས་གཡུག་ནས་སྒྲུལ་
 བུའི་ངོས་སུ་ཁག་མཚོན་པ་སོགས་མངོན་སུམ་གྱིས་མཛོང་། དེ་ལྟར་གྱོད་བཤད་དེ་འདྲེ་དེས་ཁོང་ལ་བཤད་
 རྒྱུར། ཁྱོད་མི་དང་འདྲེ་གཉིས་བར་ལ་གྱོད་བཤད་ཐུབ་མཁན་གྱི་རྟོགས་པ་མཛོན་པོ་ཅན་ཡིན་ན་ཁྱོད་ཀྱི་
 རྣམ་ཤེས་སྒྲོན་མ་དང་སྐྱེས་ཐེངས་སོགས་གང་དང་གང་གི་ཡིན་ཞེས་དྲི་བ་མང་བོ་དྲིས། དེ་ནས་ཁོང་གིས་
 རྒྱ་སྒོན་མའི་སྐྱེ་རྒྱུད་ལ་སོགས་པ་ཞལ་ནས་གསུང་དགོས་བྱུང་། གསང་རྣམ་བཞག་འཛུལ་ལས། མཐུ་ཐུན་
 གཟུགས་མེད་དྲེགས་པས་མངོན་སུམ་དུ། ཁྲོས་མཐུན་དྲི་བ་མང་དུ་ཁྱེས་པའི་ཚོ། འཕགས་ཡུལ་པར་ཆེན་
 གགས་པའི་མཚན་ཅན་དུ། རྒྱ་ཡི་སྐྱེ་བར་མངོན་སུམ་ཞལ་གྱིས་བཞེས། མཐུ་དང་ཐུན་པ་གཟིགས་མེད་པ་
 ང་རྒྱལ་ཁེངས་དྲེགས་འཛུལ་ཡོད་པ་དེའི་མངོན་སུམ་དུ་ཆོས་མཐུན་གྱི་སྒོ་ནས་དྲི་བ་མང་དུ་ཁྱེས་ཚོ།
 ཁོང་སྒོན་རྒྱ་གར་འཕགས་པའི་ཡུལ་གྱི་དཔལ་རྒྱ་ལེན་ཀྱང་འཕས་པ་སྒོ་དུག་གི་ནང་ཚན་པར་ཆེན་དག་
 གི་དབང་ཕྱུག་གཞུགས་པའི་མཚན་ཅན་གྱི་སྐྱེ་བུ་ཡིན་པར་སྒོ་བྱར་དུ་ཞལ་གྱིས་བཞེས་དགོས་བྱུང་། ཞེས་
 གསུངས། ཡང་གསང་རྣམ་བཞག་འཛུལ་ལས། མ་རུང་འདྲེ་མིན་གཏུག་པའི་དཔུང་ཆོགས་ཀྱིས། མི་བཟང་
 འཛིགས་པས་ཆོ་འབྲུལ་མང་བཟླ་ཅིང་། རྒྱ་ཡི་བ་སྐྱུས་ཅེ་ཅས་མི་གཡོ་བའི། མི་འཛིགས་རྟོགས་པ་
 མཚོག་བཞེས་བྱུང་བའི་དབང་། ཞེས་སོགས་མང་དུ་གསུངས། དེ་ལྟར་ཁོང་གིས་འདྲེ་དང་མི་གཉིས་བར་
 གྱི་གྱོད་བཤད་པ་མ་ཟད་ཆོས་གཟུ་ལ་སོགས་པ་འཕངས། ཡང་གསང་རྣམ་བཞག་འཛུལ་ལས། མཛད་སྤྱོད་
 ཀུན་ལ་ཚུལ་འཆོས་དྲི་མས་དཔེན། རྟོགས་པའི་ཟེལ་གྱིས་གཟུགས་མེད་གཏུག་པ་འདུལ། ཡིག་དུག་དུང་
 རྒྱན་བཅུགས་ཏེ་ཡུལ་ཕྱོགས་འདྲིར། བཀྲ་ཤིས་དགེ་མཚན་སྤང་བས་ཁྱད་པར་མཛད། ཅིས་གསུངས།
 ཆོས་གཟུ་ལ་ལོ་རེར་མ་ཁེ་དུང་ཐུར་དང་སྤྱང་གནས་དུང་ཐུར་སོགས་འདོན་རྒྱུའི་སྒོ་ལ་ཆོ་བ་སྤང་མའི་གྱོང་
 སེར་རྣམས་ལ་བཅུགས། རྐབས་དེར་ཆོ་བ་སྤང་མ་དགོན་གྱོད་གསུམ་ཡོད། ཁོང་གིས་སེར་ཐེལ་སོགས་པ་
 ཆེད་དུ་བཅུགས། སེར་ཐེལ་ཐེར་པ་ཞལ་བུལ་དང་མཚན་རྟོགས་གཉིས་ཀྱི་བྲ་བ་མ་ཡིན་པའི་བྲ་བ་རེ་འགའ་
 ལ་ཟེར། ཞལ་བུལ་སྐྱེ་བུང་གཉིས་པ་དག་དབང་བཟླ་ན་པའི་རྒྱ་མཚོ་ཆང་གི་སྐྱ་རིང་ལ་སེར་ཐེལ་བརྒྱུད་ཅུ་
 ཡོད་པར་བཤད། དེང་སང་བྲ་བ་བཞི་ལྷ་ཞིག་ལས་མེད། ཐོན་ཆད་བྲ་བ་དེ་དག་གིས་གཙོ་བཙུག་ཅུ་གྱོད་
 གཉིས་ཀྱིས་ལོ་རེར་མ་ཁེ་དུང་ཐུར་དང་སྤྱང་གནས་དུང་ཐུར་སོགས་མགོ་རྒྱུད་པའི་ཆེད་དུ་དག་བསྐྱབས་
 བྱས། རྗེས་མར་རིམ་གྱིས་ཁོང་ཆང་གིས་མགོ་རྒྱུད་པའི་སྐྱེ་གནས་བཟང་བོ་ལོན་པར་སྒོན་ལམ་དང་ཐུགས་

སྒྲོན་ལ་སོགས་པ་རྒྱ་ཆེན་པོར་གནང་། དེ་ནས་རྒྱ་མཚན་དེ་དག་གི་ཕྱིར་ཞལ་ཤུལ་ཁེ་ཐལ་ཚུལ་བྱིས་པ་དར་
 རྒྱས་ཚང་ལ་འདྲེའི་གནོད་པ་མ་བྱས། རྒྱ་ཆད་གྱོད་བཤད་སྐབས་ཁྱེད་ཚང་ལ་གནོད་པ་མི་བྱེད་པ་མ་
 ཟད་ཁྱེད་ཚང་གི་དགོན་པ་གསེར་གྱིས་བཀའ་འཛིན། ཡིན་ཡང་ཆོ་བ་སྤྱད་མཁའ་ཡུལ་ཕྱོགས་འདྲེའི་མི་
 ཕུགས་ཡོད་ཚད་ཐལ་བའི་རྩལ་བཞིན་དབང་མེད་དུ་བརྟུག་རྒྱ་ཡིན་ཞེས་འདྲེས་དེ་ལྟར་བཤད་པ་སོགས་
 མི་འདོད་པའི་ཆོ་འཕྲུལ་སྤྱ་ཚོགས་བསྟན་ཆེ་ཁོང་ཞལ་ཤུལ་ཚང་མི་འདྲེའི་བར་མཚམས་ནས་ཆོས་གཟུ་དེ་
 ལྟར་འཕངས་པ་ཡིན་ཞེས་ཡུལ་འདྲེའི་ཀན་རབས་པ་དག་དང་ཁོང་གི་གསང་རྣམ་སོགས་ལས་ཤེས། རྗེས་
 རས་འདྲེ་མགོ་རྒྱད་པོ་ཞལ་ཤུལ་སྤྱ་བྱེད་དང་པོ་ཁེ་ཐལ་ཚུལ་བྱིས་པ་དར་རྒྱས་ཚང་གིས་རི་ཁྲོད་པ་གྲགས་
 པ་མཐའ་ཡས་ཚང་ལ་གཏད་གཉེར་བྱས། ཁོང་ཚང་གིས་སྤྱ་བྱེད་གཉེས་པ་དག་དབང་བསྟན་པའི་རྒྱ་མཚོ་
 ཚང་ལ་གཏད་གཉེར་བྱས། ཁོང་ཚང་གིས་ཡང་སྤྱ་བྱེད་གསུམ་པ་སློ་བཟང་ལུན་ཚོགས་སྤྱ་བ་ཚང་ལ་གཏད་
 གཉེར་བྱས། སྤྱ་བྱེད་གསུམ་པའི་ཨ་ཁུ་རི་ཁྲོད་པ་སློ་བཟང་ཚུལ་བྱིས་ཚང་ལ་གཏད་གཉེར་བྱས་མིན་
 གསལ་ཁ་མེད་ཀྱང་ཁོང་གིས་ཆོ་བ་སྤྱད་མའི་དགོན་གྱི་དང་ཁྱེད་པར་དུ་བསྟན་པ་སྤྱི་ལ་དགོངས་
 རས་ཐུགས་ཁུར་ཟབ་རྒྱས་གནང་། རྒྱ་ཆད་ཡང་ཞལ་ཤུལ་སྤྱ་བྱེད་གཉེས་པ་ཚང་གིས་དད་ཐུང་མང་
 ཚོགས་ལ་ད་སྐབས་ཁྱེད་ཅག་གིས་འདྲེ་མེད་པར་སྤྱང་ཡོད་པ་འདྲ། མ་ཉི་དང་སྤྱང་གནས་ངེས་པར་འབྱུང་
 དགོས། ཁྱེད་ཅག་ཡིད་མི་ཆེས་ན་ཁོང་གིས་བར་སྤྱང་ནས་སྤྱ་གསུམ་འཇུག་གསུངས། སྤྱ་དེའི་དབྱར་གཟུང་
 ལ་ཁང་ཆེན་བབས་པའི་ལྷས་དན་བྱང་། ཡང་རྗེས་ནས་ཨ་ཁུ་རི་ཁྲོད་པ་སློ་བཟང་ཚུལ་བྱིས་ཚང་གི་སྐབས་
 ཤིག་ལ་ཡང་དབྱར་ཁར་ཁང་ཆེན་པོ་བབས་པ་ད་ལྟའི་གཞོན་རབས་པ་དག་ལ་འདྲ་བཤད་རྒྱ་ཡོད། ཨ་ཁུ་
 ཚང་གིས་བཀའ་བཀྲོན་གནང་ཞེ་མ་ཉི་དང་སྤྱང་གནས་ཞལ་ཤུལ་སྤྱ་བྱེད་དང་པོ་ཁེ་ཐལ་ཚུལ་བྱིས་པ་དར་
 རྒྱས་ཚང་གིས་འདྲེ་དང་མེད་པར་གྱི་ཆོས་གཟུ་ཡིན་པས་ངེས་པར་འབྱུང་དགོས་ཞེས་ཡང་ཡང་གསུང་བ་
 དེའང་གཞོན་སྤྱེས་ཆོར་བཤད་རྒྱ་ཡོད། དེ་ནས་ཞལ་ཤུལ་ཁེ་ཐལ་ཚུལ་བྱིས་པ་དར་རྒྱས་ཚང་གིས་ཆོ་བ་
 སྤྱད་མའི་སྤྱ་མེར་ཀྱན་གཙོས་ཆ་ལྷགས་མགོའི་ཡུལ་ཕྱོགས་ཀྱན་ལ་གནོད་འཚོ་ཉ་ཅང་ཆེ་བ་དེ་ལ་ཉེ་བར་
 དགོངས་ནས། དེའི་གཉེན་པོར་ཉ་ཕུག་ཁྱེད་གསུམ་གྱི་སྤྱ་བརྟན་རང་བྱོན་བྱིན་ཆུབས་གྱི་དོད་མ་ཡལ་བ་
 ཞིག་གཏིར་ནས་བཏོན་ཏེ། གསང་རྣམ་བཀའ་ཚོམ་ལས། གདོན་གསུམ་འཚོ་བས་སྤྱེགས་དུས་ཉམ་ཐག་
 འགྲོ། །ཞུག་པར་གཟིར་བའི་དང་ཚུལ་ཉེར་གཟིགས་ཏེ། གཉེན་པོ་གསུམ་གྱི་སྤྱ་བརྟན་རང་བྱོན་ནི། བྱིན་
 ཆུབས་དོད་དུ་འབར་བ་གཏིར་ནས་བཏོན། ཞེས་གསུངས། གདོན་བགེགས། རྩལ་འགོང་། ལྷ་གཉན་ས་

བདག་གི་གནོད་འཚོ་ཁྱད་པར་དུ་སྤྱོད་གདོན་གཟུང་དང་། བར་གདོན་རྒྱལ་བཅུ་ལྔ་གདོན་ལྟ་གཉན་
 སྟོན་གྱི་གནོད་པ་དང་འཚོ་བ་ཐམས་ཅད་ལས་སྦྱོབས་ཞེས་ཞལ་ནས་གསུངས་པ་ནི། གསར་རྒྱུ་བཀའ་
 རྒྱུ་ལས། མི་བཟད་དུ་འཁོར་མཉམ་ཉེན་མཚན་འདིར། །དད་པས་ཕྱག་མཚན་བསྐྱར་བ་ལ་འབད་
 བ། །ནད་གདོན་འཛིགས་ལས་སྦྱོབས་ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན། །ཕྱི་རྒྱུ་མཚན་མ་ཀུན་ལ་མཐུན་སྤྱང་
 གྲུབ། །ཅེས་གསུངས། ཏྲ་ཕྱག་ཁྱུང་གསུམ་དང་དབལ་རྩི་རྩི་འཛིགས་ཕྱིད་ཀྱི་རྩིན་ཕྱིན་ཅན་སྟོན་ད་
 རྒྱུ་ལས་ཁོ་ཐལ་རི་ཁྱོད་དགའ་ལྡན་བཀྲ་ཤིས་འབྱུང་གནས་སྤྱོད་གི་རྩིན་མཚན་ཏྲ་བཞུགས་ཡོད། ད་ལོ་
 དབྱར་གནད་རྒྱུ་ལས་བདག་ཆེད་དམིགས་སུ་ཞལ་གྱི་དགོན་དུ་ཏྲ་ཕྱག་ཁྱུང་གསུམ་གྱི་རྩིན་ཕྱིན་ཅན་
 བཞུགས་གནས་སྤྱོད་པའི་འདུ་ཁང་དུ་མཚན་སྐྱོར་གཅིག་ཕྱིད་དུ་སོང་། སྐོར་མཐར་དད་ལྡན་མང་ཚོགས་
 ཀྱིས་འཚང་ཁ་ཤིག་ཤིག་ངང་ཕྱག་སྐྱོར་གྱི་ལས་ལ་བྲེལ་གྱིན་འདུག ཞོར་དུ་ཞལ་གྱི་ལྷ་ནད་ཆེད་དུ་བཞུགས་
 ཡོད་པའི་ཕྱི་རྒྱུ་ལས་ཀྱི་དྲོད་མ་ཡལ་བ་དབལ་རྩི་རྩི་འཛིགས་ཕྱིད་ཀྱི་སྤྱོད་རྩིན་ཕྱིན་ཅན་ལ་ཡང་མཇལ་བའི་
 རྒྱལ་བ་ཐོབ། ཞལ་གྱི་ལོ་ཐལ་ཆོད་གི་གསར་རྒྱུ་གྱི་སྤྱོད་གཉན་ཐོགས་གཅོད་པ་རྒྱལ་བཟང་ཐམས་མཁས་
 རྒྱ་མཚོས་བརྒྱུས་པ་དང་། སྤྱད་ཁོང་གི་བཀའ་རྒྱུ་ལས་གཞིར་བཞག་ཐོག་གཉན་ཐོགས་ཆོད་གིས་བསྐྱོགས་
 པ་ཡིན། དེ་ལྟར་དམ་པ་ཁོང་གི་མཛད་རྒྱུ་དང་ཁྱེད་པར་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བསྐྱར་བ་སྤྱོད་ཡང་དགོས་
 རང་ལྟགས་དྲི་མ་མེད་པར་རི་བོ་དགོ་ལྡན་པའི་བསྐྱར་བའི་ཁྱེད་ཆེན་པོས་ཆོ་བ་སྤྱད་མ་གཅོས་མ་ལྟགས་
 མགོ་དང་བོའི་ལྷལ་ཕྱོགས་ཀུན་ལ་བཀྲ་ཤིས་དགོ་མཚན་གྱི་ལྷས་བཟང་བོ་དང་བཅས་མི་ལྟགས་ཀུན་བདེ་
 སྤྱོད་ཀྱི་དབལ་ལ་རོལ་བར་མཛད་ཡོད་དོ།

བཅར་འདྲི་བྱེད་ལ། རྩི་གྲུ་སྤྱོད་བཟང་རྒྱ་མཚོ།

བཅར་འདྲི་བྱེད་པའི་རྩིད་གནས། རྩི་བྱང་།

བཅར་འདྲི་དུས་ཚོད། 2015.11.15

བཅར་འདྲི་ཐབས་ལམ། རྒྱུ་འཛིན་གྱི་ལས་ནས་དྲིས།

བཅར་འདྲི་མཐུན། ལྷགས་གྲུ་སྤྱོད་བཟང་བསྐྱོད་ནམས།

དབྱུང་གཞིའི་ཡིག་ཆ། ཞལ་གྱི་སྤྱོད་གཉིས་པའི་གསུང་འབྱུང་སྟོན་བཅས་གཉིས་པ།

ཡི་དགས་ཀྱི་ཆོ་འཕུལ།

སྒྲི་བྱ་དོན་གྲུབ། ཡུལ་གྲུལ།

ལྷ་རུང་ཕྱེ་བའི་དུར་ཁྲོད་དུ་གཅོད་པ་བ་ཞིག་བཞུགས་ཡོད། གཅོད་པ་བ་དེས་རྒྱན་དུ་གཅོད་གསུངས་
ཤིང་གཅོད་ཀྱི་ཉམས་ལེན་ཁོ་ན་བྱས་པས་ལྷ་རུང་ཡུལ་མི་དག་གིས་གཅོད་པ་སྐྱ་མ་ཞེས་འཕྱོད། དུར་ཁྲོད་
དེ་ནི་དུར་ཁྲོད་གཞན་དང་མི་འདྲ་བར་གྱི་ཤི་སྐགས་ལྔ་ལམ་དུ་སོང་བའི་བེམ་པོ་ཡོད་དོ་ཅོག་བྱ་གཡེང་
བྱེད་སྒོལ་ཡོད་པས། གཅོད་པ་སྐྱ་མས་ཀྱང་ཉིན་ལྷན་དུར་ཁྲོད་དུ་ཐེབས་ཏེ་གཅོད་དང་སྒྲི་བྱ་གསུངས་
པས་གཅོད་ཀྱི་སྒྲོན་ལམ་ཐེབས་ན་ཤི་པོ་ངན་སོང་དུ་མི་འགོ་ཞེས་ཡོན་བདག་རྣམས་ཀྱང་ཡུལ་ལ་ལོག་འགོ།

ཡུལ་དེར་གཅོད་པ་སྐྱ་མ་ལས་གཞན་པའི་གཅོད་པ་བ་ཡང་མང་དུ་ཡོད་པས་ལྷ་རུང་ཕྱེ་བའི་ཡུལ་མི་
ཁྱན་གཞོན་ཀྱན་ལ་གཅོད་དང་འབྲེལ་བའི་མདོ་ལྷགས་གང་གི་སྐོར་ནས་ཀྱང་གང་ལ་གང་འཆམ་གྱི་གོ་བ་
ཡོད། ཡུལ་དེར་འབྱོར་བ་ཏུ་ཅང་ཞན་པའི་བྱིས་ཆང་ཞིག་ཡོད་ཅིང་བྱིས་ཆང་དེའི་ཁྱོ་ཤུག་གཉིས་ལས་ལོ་
ན་མཐོ་བ་དེར་གཅོད་ནད་སྐག་པས་བྱིས་ཆང་དེའི་འབྱོར་བ་དང་བྱེད་རུས་སྒྲི་བྱ་གསུངས་ཤིག་སྤྱད་དེ་སྐྱན་
བཞེན་པའམ་རིམ་གྱོ་བྱས་ཀྱང་ཕན་པ་མ་བྱུང་བར་སྒོན་མཁུག་ཅིག་ལ་ཆོ་ལས་འདས་སོང་། བྱིས་ཆང་གི་
འབྱོར་བ་ཞན་ནའང་ཞེ་དགུ་མཆོམས་མ་ཆད་པར་བདུན་ཆོན་བདུན་ཆོན་བྱས་ཏེ་གཅོད་པ་བ་དང་རབ་
བྱུང་བ་ཇི་སྟེད་ཀྱིས་ཆོ་ག་སྒྲི་བྱ་གསུངས། ཡུལ་དེའི་འགོ་སྒོལ་ལྷན་བེམ་པོ་བྱ་གཡེང་བྱེད་ཅིས་བྱས་ཏེ་
གཅོད་པ་སྐྱ་མ་གཅོས་གཅོད་པ་བ་གཞན་དང་གཞན་ཡང་དུར་ཁྲོད་དུ་གདན་དྲངས་ཏེ་བེམ་པོ་དུར་ཁྲོད་
དུ་བྱིར། བེམ་པོའི་བྱི་ཐུམ་གཅོང་མར་བཤུས་ཏེ་བྱ་བྱིན་གྲུབས་བྱས་ཀྱང་བྱ་མ་འཁོར་བས་རོ་བདག་
ཐབས་ཟད་དེ་གཅོད་པ་སྐྱ་མར་བྱ་འཕོད་ཆོ་ག་ཞིག་གསུངས་རོགས་ཞེས་ལུ་བ་བྱས་མཐར་གཅོད་པ་སྐྱ་
མས་རྒྱུང་དུང་དང་ཏ་ཏིལ་གྱི་སྒྲི་བྱ་དང་འགོགས་ཏེ་བྱ་འཕོད་ཆོ་ག་གསུངས། བྱ་འཕོད་ཆོ་ག་མཁུག་མ་ཏིལ་
བར་བྱ་ཆོད་གཉིས་གསུམ་ཞིག་དུར་ཁྲོད་དུ་འཁོར་ཡང་བྱ་ཆོད་དེ་དག་རོ་དང་འདྲ་བར་འཕུར་བའི་རུས་
པ་མེད་པས་ཤི་ལ་རྩམ་པའི་འདོད་སྟོད་མེད་པའམ་ཐག་རིང་ནས་བཀྱག་པས་ཐང་ཆད་དེ་ག་ཟ་མ་རུས་

བ་གང་ཡིན་ཆ་མ་འཆལ། མདོར་ན་བཅའ་པོ་བྱས་མ་ཐོས་པས་མཐུག་མཐར་དུར་འཐུག་བྱས། བཅའ་པོ་དུར་
 འཐུག་བྱས་པའི་དུས་དེ་ནས་བཟུང་དབུལ་བོའི་བྱིམ་ཆང་ལས་གཞན་པའི་ཡུལ་མི་སྤྱུ་ལའང་བཅོས་ཐབས་
 མེད་པའི་འགོ་ནད་དང་ཆོ་འཕུལ་མི་ལེགས་པ་སྣ་ཆོགས་ཤིག་བྱང་སྟེ་ཡུལ་དེ་མུ་རན་གྱི་ཐང་སྟོད་དུ་བྱུར།
 ལོ་གསུམ་གྱི་རྗེས་ནས་དབུལ་བོ་ཆང་ཡང་དོགས་མ་བདེ་བར་གཙོད་པ་སླ་མའི་མདུན་དུ་སོང་སྟེ་ཡུལ་གྱི་
 ཆག་སྒོ་འདི་ཅི་ཞིག་མ་ཉན་པ་རེད་ཅེས་ཞུས་པའི་ལན་དུ་བྱེད་ཀྱི་ཨ་པ་ཤི་ཡང་ཤི་ངོ་མ་ཟེན་པས་མཐར་
 ཡུལ་འདིའི་ཉེ་སར་ཡི་དྲགས་ཀྱི་སྟེ་བ་སྒངས་ཏེ་ཡུལ་མི་ལ་གཞོད་བྱས། ལྷག་པར་དུ་བྱེད་ཀྱི་བྱིམ་ཆང་ལ་
 མདོན་སྟོག་གང་རུང་ནས་གཞོད་སེམས་འཆང་བ་དག་ལ་གཞོད་བྱས་པས་ཡུལ་མི་ཡོད་དོ་ཅོག་སྟུག་བསྐྱལ་
 གྱི་འོབས་སུ་ཚུད་པ་རེད། ད་དངོས་གནས་དཀའ་མོ་རེད་འདུག་ཅེས་སྟགས་སྒྲི་སྒྲི་གནང་བས། འོ་ཡང་
 ཉང་སངས་ཏེ་གཙོད་པ་སླ་མའི་གསུང་ལ་ཡིད་མི་ཆེས་པའི་རང་དབང་མ་བྱུང་། དངོས་གནས་ཡིན་མུ་
 རེད། དང་བོ་བཅའ་པོ་བྱས་མ་ཐོས་པས་རྟགས་རན་པ་གཅིག་དང་མཐའ་མར་ཡུལ་མི་སྤྱུ་ལ་གཞོད་བྱས་
 གྱུང་དེད་ཀྱི་བྱིམ་ལ་ཁྱེན་རན་ཅི་ཡང་མ་ཐེབས་པས་རྟགས་འདི་གཉིས་གང་ལའང་བཟང་རྒྱ་མི་འདུག་
 ལྷན། གཙོད་པ་སླ་མའི་ཡུང་བསྟན་རིམ་བཞིན་ལྷ་རུང་ལྷེ་བར་བྱུང་སྟེ་ཡུལ་མི་རྣམས་སྤར་ལས་འཇིགས་
 སྟག་ཇེ་ཆེར་སོང་བ་དང་བསྟན་ལྷ་རུང་ལྷེ་བའི་ཡུལ་མི་དག་གིས་དབུལ་བོའི་བྱིམ་ཆང་ལ་རོགས་རམ་གྱི་
 གོ་སྐབས་བཅའ་ནས་ངོ་དགའ་ཅི་བྱུང་བྱས། དབུལ་བོ་ཆང་གིས་གྱུང་ཡུལ་གྱི་རོགས་རམ་འདི་ནི་སྒོ་བྱར་
 བའི་དོན་ཁྱེན་གྱིས་ཡིན་པ་ལས་སྤར་མོ་དེད་ཀྱི་བྱིམ་ཆང་ལ་བཅོག་པོར་བརྟ་བ་ལས་མེད། ཡ་མཚར་བ་ལ་
 ཞང་། འོན་ཏེ་གཙོད་པ་སླ་མའི་ཡུང་བསྟན་ཡུལ་མི་ཆོས་ཤིག་ཏེ་ཐབས་ཟད་ཏུ་སྟག་པས་ཏུ་ཆང་ལ་རོགས་
 རམ་བྱེད་མཁན་ཇེ་མང་དུ་སོང་བ་རེད། ཡུལ་མི་འདི་འདྲ་བ་རྒྱ་འབྲས་མེད་པ་རྣམས་ལ་ནི་ལས་འབྲས་
 འཁོར་བ་རེད། འོན་ཏེ་ཏུ་ཆང་གི་ཤི་བོ་ནི་བསོད་ནམས་དང་རྣམ་དཀར་གྱི་ལས་ཟད་པས་ཡི་དྲགས་ཀྱི་སྟེ་
 བ་སྒངས་ཡོད་པ་དུན་ན་ཅུ་རྒྱ་ཡོང་གི་ཞེས་བཟུང་མི་ཆང་མའི་མིག་མཐའ་མཆི་མས་བསྐྱར་ཞིང་མུ་རན་
 གྱིས་གཏུང་སྟེ་ཉིན་ཞག་མང་བོ་ཡོན། མཐར་གཙོད་པ་སླ་མས་ཡི་དྲགས་དམ་ལ་བཏགས་ཏེ་ཡུལ་ཡུང་
 སྤར་བཞིན་བདེ་སྦྱིད་ཀྱིས་བསྐྱལ་རྟོ།

འདྲེ་མོ་སྒོ་རྒྱུང་མ།

སྒོ་མ་པ་བཀྲ་ཤིས། རྒྱུང་པ་ལྷ་མོ།

[ནང་དོན་གནད་བསྒྲུབ།] འདྲེ་རང་གནད་ལྷ་མོའི་དུས་སྤྱི་མ་རྒྱུའི་ཁྱིམ་ཆང་ཞིག་གི་མནའ་མ་འཆེ་ཁར་ཁ་
ཆེས་བཞག་པ་མ་འབྲུབ་པས་འདྲེ་རུ་སྒྲིམ་པའི་གཏམ་རྒྱུད་བྱང་བྱང་ཞིག་བཤད་ཡོད།

གཏམ་རྒྱུད་དངོས།

སྒོ་མ་ཆང་ཅིག་ལ་གྲུ་བ་གཉིས་མ་རྒྱུའི་འཕྲོག་ཁྱིམ་ཞིག་ལ་གྲོང་ཆོག་ཏུ་སོང་། སྐབས་དེར། དེ་ཆང་གི་
མཆོར་ས་གཞན་ཞིག་ལ་སྒོར་ཡོད་པས། གྲུ་བ་གཉིས་ཀྱིས་དཔུན་སར་སྒོ་ལ་མ་བཏོན་ཏེ་བསྐྱོད། ཉིན་ཞིག་
ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་དགོང་ཇ་འབྱུང་རྒྱུ་མཆོད་གོང་དུ་སྒྲིབས་ལ་ཉེ། སྐབས་དེར། སྒོ་བྱར་དུ་གཞན་གྱིས་སྒོ་
རྒྱུང་བཞིན་འདུག་པས་སྤྱི་ལོ་སྒྲིམ་ནས་སྒོ་མ་བསྒོན་ཏེ་སྒོར་བྱང་པ་ན་ཅི་ཡང་མཐོང་རྒྱུ་མེད་པས་བྱིར་
ཡོང་ནས་ཉལ། རྒྱུང་མ་འགོར་བར་ཡང་བསྐྱར་སྒོ་བརྒྱངས་པས། ད་གཞོད་གྲུ་བ་གཉིས་ཀ་རྒྱུང་སྐྱག་ཉེ་
མཆོན་གུང་ཞིག་ལ་སྒོ་རྒྱུང་བ་འདི་ལ་མཆོན་པེད་སྒྲིམ་ནས་མདོ་ཆར་གཅིག་བཏོན་ནས་བསྒོག་པ་ཞིག་
བརྒྱབ་མཐར་ད་གཞོད་ཉལ་བ་པེད། དེ་ནས་གྲག་འབྲུལ་ཅི་ཡང་མ་བྱུང་།

ཕྱི་ཉིན་དགོང་མོར་ཡང་དེ་བཞིན་དུ་མཆོན་གུང་གི་དུས་སྤྱི་སྒོ་རྒྱུང་བཞིན་ཡོད་པ་ཐོས། སྐབས་དེར་
ཁོ་གཉིས་ཀ་སྐྱག་ཉེ་ཁ་ལ་མ་བྱས་པར་ཉལ་བསྐྱང་མོད། སྒོ་བྱགས་ཀྱིས་ཡང་དང་ཡང་དུ་བརྒྱངས་པས་ཁོང་
གཉིས་ཀ་སྐྱག་ཁོར་དུ་སྒོ་མ་བསྒོན་ཏེ་སྒོར་བྱིན་པ་ན་ཅི་ཡང་མཐོང་རྒྱུ་མེད་པས་སྐྱག་ཏུ་སྐྱག་ཉེ་མཐོགས་
ལྷུང་ངང་ཁྱིམ་དུ་ལོག་ནས་མདོ་དང་བསྒོག་པ་བརྒྱབ་ནས་ཉལ་ཡང་གཉིད་ཡེ་ནས་མ་ཡོང་། སྐབས་དེར་
སྒོ་འབྲུམ་ན་བྱང་མེད་ཅིག་གིས་བྱང་མེད་པ་བཞིན་ཡོད་པ་ཐོས་བྱུང་བས། ཁོང་གཉིས་ཤིན་ཏུ་སྐྱག་ནས་
ལུས་པོ་འདར་སེག་སེག་སྒྲོང་པའི་སྐབས་དེར་དུ་མ་ཡང་བྱགས་ཀྱིས་བརྒྱངས་པས་ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་སྒྲར་
སྒོ་མ་བསྒོན་ཏེ་ཕྱི་རོལ་དུ་བལྟས་ཅན་མགོའི་སྒྲི་ལོ་ཐམས་ཅད་གཞེངས་ཤིང་ལུས་ཡོངས་རྒྱོགས་ན་ག་
དུམ་བྱ་དུམ་བྱ་ལས་མེད་ལ། མཚུབ་མོ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་མ་ཡིས་གང་ནས་ཡོད་པའི་ཏ་ཅང་འཛིགས་སུ་
བྱང་བའི་བྱང་མེད་ཅིག་མིག་ལམ་དུ་མངོན་བྱུང་བས་གྲུ་བ་གཉིས་དེ་མ་ཐག་བྱིར་ཁྱིམ་དུ་བོས་སོང་། ཕྱི་
རོལ་ནས་བྱང་མེད་དེས་གྲུ་བ་གཉིས་ལ་བཤད་རྒྱུར། སྐྱག་མི་དགོས་ངས་ཁྱེད་གཉིས་ལ་གཞོད་པ་མི་བྱེད།

ང་ལ་རེ་བ་ཞིག་བཤད་རྒྱུ་ཡོད་པས་ཁྱེད་གཉིས་ལ་ཞུ་བ་བྱེད་དུ་ཡོང་བ་ཡིན་ཞེས་བཤད་པས་ཁོ་གཉིས་
 སྐོར་བྱང་དུས་དེར་བྱང་མེད་དེས་ལུས་མོ་གཉིས་སར་བཅྱགས་ནས། སྤྱིར་ཡིན་ན་ཁོ་མོ་ཁྱིམ་ཆང་ལྷག་པོ་
 ཆང་ཞིག་གི་ཡིན་ལ་ཁྱིམ་ཆང་འདྲིར་མནའ་མར་ཡོང་ནས་ལོ་མང་བོ་ཞིག་འགོར་རྩིས་བཅོས་ཐབས་མེད་
 པའི་ན་ཆ་ཞིག་གི་དབང་གིས་ལྷ་ལས་དུ་ཕྱིན་སོང་། དེ་དུས་མོས་ཆོག་པ་ཁ་ཆེ་མས་འདྲི་ལྷར་བཞག་ཡོད།
 ཁོ་མོ་པ་ལུལ་ནས་འདྲི་ཆང་ལ་གནས་ལ་ཡོང་དུས་པ་མས་བྱེན་པའི་རྒྱན་ཆ་མང་བོ་ཞིག་ཡོད་པ་དག་ཆང་
 མ་ཨ་ལགས་ཆང་ལ་དབུལ་དགོས་ཞེས་བཤད་ཡོད་མོད། འོན་ཀྱང་ཆོག་པས་མིའི་ཁ་ཆེ་མས་ལྷར་མ་བསྐྱབས་
 པར་མ་ཟད་རྒྱན་ཆ་རྣམས་ས་འོག་དུ་སྐྱས་པས་མིའི་རྣམ་ཤེས་དེར་ཆགས་ཏེ་མི་མ་ཡིན་ལ་སྐྱེས་བྱུང་། ལྷ་
 རྒྱན་རྒྱན་ཆ་དེ་དག་སྐྱས་ཡོད་སར་སོང་ནས་ས་ཅི་ཅམ་བསྐོས་ཀྱང་ལེན་མི་ཐུབ་པར་མ་ཟད། ལག་མགོ་
 ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཁྲག་གིས་སྐྱགས་ཡོད། མོས་ཆོག་པ་ཇི་ལྷར་བཤད་ནའང་ཁ་ལ་ཅམ་ཡང་མི་བྱེད་པར་མ་
 ན་མིག་བྱར་གྱིས་ཀྱང་མི་བརྟ་བས་འུ་ཐུགས་ཐབས་ཟད་ནས་མི་སྤོང་ཐབས་མེད་བྱུང་། ཡིན་ནའང་། ཉིན་
 འདི་དག་ལ་ཁྱིམ་ཆང་འདྲིར་ཁྱེད་གཉིས་བཞགས་ཡོད་པ་མཐོང་བས་ང་ལ་རེ་བ་བཤད་ས་ཞིག་རྟེན་སོང་
 ལྷམ་ནས་དགའ་བ་སྐྱེས་ཏེ། མདང་རུབ་ངས་སྐོར་ཅམ་བརྟུངས་ཀྱང་ཁྱེད་གཉིས་ཀྱིས་ཁ་ལ་མ་བྱས་པས།
 དོ་རུབ་ཡང་རེ་བ་རེ་ཞེ་ཡོད་ལྷམ་ནས་སྐོར་བརྟུངས་པ་ཡིན་ཞེས་བཤད། དེ་ནས་ཟླ་བ་གཉིས་ཀྱིས་མོས་བཤད་
 པའི་གནས་དེར་སོང་ནས་ས་བསྐོས་པ་ན། དངོས་གནས་མོས་བཤད་པ་བཞིན་རྒྱན་ཆ་རྣམས་ཡོད་པར་
 མཐོང་ནས་ཡིད་ཆེས། རྒྱན་པ་འགའ་མཆིས་ཀྱང་ཆང་མ་སྐོས་ཅུལ་དུ་གྱུར་འདུག ཟླ་བ་གཉིས་ཀས་རྒྱན་
 ཆ་དེ་དག་མོས་བཤད་པའི་སྐྱ་མ་དེ་ལ་དབུལ་རྒྱུར་དམ་བཅས་པས་འདྲེ་མོ་དེའི་སེམས་དགའ་ནས་ཡིད་
 ཆོམ་པའི་ཚུལ་ཞིག་བསྐྱར་ཏེ་གར་སོང་ཆ་མེད་དུ་གྱུར། ཉིན་འགའ་འགོར་རྩིས་ཁྱིམ་བདག་ཐོན་པ་ན་
 གནས་ཚུལ་དེ་དག་གསལ་བཤད་བྱས་རྩིས་འགྱོད་པ་དྲག་པོ་སྐྱེས་ཏེ་མགྲོགས་རྒྱུར་ངང་རྒྱ་རྩིས་མཐའ་དག་
 ཟླ་བ་གཉིས་དང་མཉམ་དུ་སྐྱ་མ་ལ་འབུལ་དུ་ཕྱིན། དེ་ནས་བཟུང་འདྲེ་མོ་དེ་ཡང་ཡོང་རྒྱ་མེད་སོང་བ་
 རེད།

བཅར་འདྲི་བྱེད་ལ། འཛིགས་མེད་བཟོད་པ།

ས་གནས། གཙོས་གྲོང་ཁྱེར།

བཅར་འདྲིའི་དུས་ཚོད། 2015.12.12

བཅར་འདྲི་བྱེད་མ་ལན། སྐོམ་པ་བྲག་ཤིས།

ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་བཅེ་དུང་ལས་བྱུང་བའི་འདྲེ་སྐྱུང་།

ལྷན་སྐྱེས་ཚེ་རིང་། རྒྱལ་མཁས་མེས་མོ།

སྤྱིང་གཞི།

འདྲི་ནི་འབའ་རྫོང་དང་མ་བྱང་གཉིས་ཀྱི་ས་མཚམས་ནས་བྱུང་བའི་འདྲེ་སྐྱུང་ཞིག་ཡིན་ལ། གཙོ་བོ་
བྱིས་ཚང་དབུལ་ལྷན་གཉིས་ཀྱི་བྱ་བུ་མའི་སྤྱིང་མེད་དངས་གཙང་གི་བཅེ་དུང་ལས་བྱུང་བའི་གཏམ་རྒྱུད་
ཅུང་མཚར་སྤང་ཆེ་བ་ཞིག་ཡིན། འདིར་སྤྱིང་དགོས་པ་ནི་གཅིག་ནས་རང་གི་ཆེད་ཚོས་བྱི་བརྗོད་བྱ་
འདེམས་སྤངས་ཤིག་གིས་འདྲེ་སྐྱུང་ཞིག་ཨེ་འབྱོངས་བསམ་བས་འདྲེ་སྐྱུང་དུ་མ་ལས་གདམས་གསེས་བྱས་
ཏི་དུ་གཞོད་ལ་མཚར་བའི་གཏམ་རྒྱུད་འདི་རང་ཚོད་ཀྱིས་ཡི་གེར་པལ་བ་ཡིན།

གཏམ་རྒྱུད་དངོས།

ལོ་བདུན་ཅུ་ཅན་གྱི་ཀན་པོ་ཞིག་གིས་སྤྱིང་ཆད་ཁོའི་ཨ་པས་བཤད་པའི་འདྲེ་སྐྱུང་ཞིག་ང་ལ་བཤད།
དེ་ནི་པལ་ཆེར་མི་ལོ་བཅུ་དྲུག་ལྷན་གྱི་ཡར་རྫོན་ལ་འབའ་རྫོང་དང་མ་བྱང་བར་གྱི་ས་མཚམས་ནས་བྱུང་
བའི་གཏམ་རྒྱུད་ཅིག་ཡིན། འབའ་རྫོང་དང་མ་བྱང་གཉིས་ཀྱི་ས་མཚམས་ན་ཏུ་ཅང་ལྷན་པའི་ཀན་མོན་
བཟའ་རྒྱ་གཉིས་ཡོད་ལ། ཀན་མོན་དེ་གཉིས་ལ་བྱ་བུ་སྐྱེས་ཐུབ་ཟེར་བ་ཞིག་ཡོད། ས་དེར་དུང་བྱིས་ཚང་
དབུལ་བོ་ཞིག་ཡོད་ལ། དེར་ཨ་མ་སྒྲོལ་མ་དང་བྱ་མོ་གངས་དཀར་མ་སྤྱང་གཉིས་མ་གཏོགས་མེད། མ་
སྤྱང་གཉིས་ཀྱི་ཉོ་རྒྱུ་ཀྱི་ཆེད་དུ་བྱ་མོ་གངས་དཀར་ལྷན་པོ་ཆང་ལ་རྩི་བོར་སོང་སྟེ། བུ་སྤྱང་སྐྱེ་རངས་
ཤར་བ་དང་མཉམ་དུ་ལམ་ལ་ཆས་ཤིང་ཕྱིར་དགོང་མའི་སྐར་མ་མ་ཤར་གྱི་བར་དུ་ལུལ་ལ་སྐྱེ་བས་ཐུབ་ཀྱིན་
མེད། དེ་ལྟར་ཉེན་མང་བོ་འགོར་རྩིས་བྱ་མོ་གངས་དཀར་དང་བྱ་བུ་སྐྱེས་ཐུབ་གཉིས་ཀྱི་བར་ལ་བཅེ་དུང་
ཆགས་ཏེ་པན་ཚུན་འབྲལ་དཀའ་བའི་གནས་སུ་སྤྱང་བས་ནས་ཡང་ཁ་མི་འབྲལ་བའི་དམ་བཅའ་བཞག་
ཉེན་ཞིག་སྤྱང་སྐྱེས་ཀྱིས་གངས་དཀར་དང་གཉེན་སྤྱིག་བྱེད་འདོད་ཅེས་ས་མར་ཞུས་ཀྱང་། པ་མ་གཉིས་
ཀྱིས་ཅི་ཡང་མེད་པའི་དབུལ་བོ་ཞིག་ལ་གཉེན་སྤྱིག་བྱེད་པར་མི་འཐད་ཅེས་སྤྱིག་དམོན་བྱས་པས། གངས་

དཀར་དང་ལྷན་སྐྱེས་གཉིས་ཡིད་ཆད་དེ་གངས་དཀར་གྱིས་གནས་གཞན་ལ་ཐོས་ན་བཟང་ཞེས་ལྷན་སྐྱེས་
 ལ་བཤད་ཀྱང་ཁོ་མ་འཐད་པས། མཐར་ཁོང་གཉིས་གྱིས་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་པ་མ་གཉིས་ཀ་གསལ་དཔར་ཐག་བཅད་
 དེ། ཟ་མའི་ནང་དུ་དུག་བཏབ་སྟེ་བསད། དེ་ནས་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱིས་གངས་དཀར་དང་གཉེན་སྤྱི་གྱུ་ཏེ་མོ་
 མ་སྤང་གཉིས་ཁྱིམ་ལ་བསུས་ཤིང་། དེ་ལྟར་བདེ་སྤྱོད་ཀྱི་འཆོ་བ་རྩལ་ཏེ་ཡུན་རིང་ཞིག་འགོར་རྗེས་གངས་
 དཀར་ལ་བུ་ཞིག་སྐྱེས། ཉིན་ཞིག་ལ་སློ་བུར་དུ་ལྷས་ངན་ཞིག་བྱུང་ནས་ཅེ་ཡིན་འདི་ཡིན་མེད་པར་སྟོན་ཕྱགས་
 མང་པོ་ཤི་སོང་བས། ཨ་མ་སློལ་མས་ལྷན་སྐྱེས་ཨ་ལགས་རྒྱལ་བོ་ཆང་ལ་དོན་དག་དེ་བྱུ་བྱ་མངགས། ལྷན་
 སྐྱེས་ཀྱིས་ལམ་ཐག་རིང་བོར་བརྒྱུད་དེ་ཨ་ལགས་ཆང་ལ་དོན་དེ་རྗེས་བཞེན་ཁྱུ་པར། ཨ་ལགས་ཆང་གིས་
 རྒྱུད་ཀྱི་པ་མ་གཉིས་ཀ་འདྲེ་བྱ་སྟེ་ཡོད་པས་མཐུད་པ་འདི་ཁྱེར་ཏེ་ལྷར་དུ་སོང་མ་གཏོགས་ཨ་མེ་དང་
 རྒྱུད་མ་བྱིས་པ་སོགས་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་ན་ཐང་། འདྲེ་མ་མཐོང་བར་དུ་མཐུད་པ་འདི་ལག་ནས་གཏོང་
 མི་ཉན་ལ་འདྲེ་རིག་མ་ཐག་ལྷར་དུ་མཐུད་པས་རྒྱབ་ཅེས་གསུངས། དེ་བས་ཁོས་ལྷར་དུ་མཐུད་པ་ཁྱེར་
 བས་པ་ཡུལ་ལ་ལོག་པ་ན་ཁྱིམ་དུ་ཕུས་པ་འགའ་མ་གཏོགས་མེད་པས་ཁྱིམ་མི་ཆང་མ་འདྲེས་བསད་པ་ཤིས།
 དེ་ནས་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱིས་སྟོན་གདུང་གི་ངལ་བ་སྟེ་མོ་དེ་མི་འཁྱུར་ཐབས་མེད་བྱུང་། ཉེ་མ་ལུབ་པ་དང་ལྷན་དུ་
 ཁོ་རང་གོས་སྐྱམ་ནང་དུ་གཤམ་ནས་བསྐྱེད། སྐར་མ་མེད་པའི་ལྷན་ནག་གི་མཆོན་མོ་དེར་ཁོ་བོ་སྐྱག་སྐྱང་
 གིས་འདར་སྐྱག་སྐྱག་དང་མཐུད་པ་ལག་ཏུ་བཟུང་ནས་ཡར་རྩ་མར་རྩ་བས། དུས་ཡུན་རིང་པོ་ཞིག་འགོར་
 རྗེས་ཕྱར་སྐྱོད་དང་བྱ་འཕྲོད་ཀྱིས་གནམ་ས་ཁྱུང་བས། ཁོས་སྐྱམ་ལ་རྒྱང་ཅས་བྱིས་ཏེ་བཞུགས་པ་ན་སྟོན་ནང་དུ་
 ལུ་མ་ཐག་ལ་འཕང་ཞིང་ཆ་ལྷགས་ཕུས་པས་སྐྱེས་པ། ལུས་གཅེར་བྱ་དང་ལག་ཏུ་རྒྱང་མཐུད་བཟུང་བ་
 ཞིག་དང་། ལུས་དམར་པོ་ཁྱག་གིས་བཞེས་ཤིང་། མགོ་དཀར་བོར་ལྷར་ལ་ངོ་རྩེའི་པོ་སྤྱོད་འབྱས་གང་བ།
 ལག་ཏུ་མི་མགོ་སྐྱམ་པོ་བཟུང་བའི་འདྲེ་འཛིགས་སུ་ཕྱར་བ་གཉིས་ཡོད་པ་མཐོང་། དེ་ནས་ཁོས་སྐྱམ་ལ་
 དལ་མོར་བྱིས་ནས་མཐུད་པས་འདྲེ་ཆུན་གཉིས་ཀྱི་ཐོད་པའི་སྟེང་དུ་བརྒྱབ་པ་ན་ཕྱར་སྐྱོད་གྲགས་ཏེ་
 ཕུས་པར་ལྷར། དུས་དེ་ནས་བཟུང་ཁོས་ཉི་མ་ལེ་རེ་བཞེན་ཁེར་རྒྱུད་གི་འཆོ་བར་རྩལ་མོད། འོན་ཀྱང་སྟོ་
 ཁའི་ཕྱགས་ཤི། ཁྱིམ་གྱི་གཡང་ཉམས། སེམས་ཀྱང་སྟོན་གདུང་དུག་པོས་མནར་ཏེ་ཅི་བྱ་གཏོལ་མེད་དུ་བྱུར་
 པས། སྐར་ཡང་ཨ་ལགས་རྒྱལ་བོ་ཆང་གི་མཐུན་དུ་སོང་སྟེ་རབ་དུ་བྱུང་རྒྱུའི་སེམས་ཐག་བཅད། ཕྱིས་སུ་
 ཨ་ལགས་ཆང་གིས་ཉིན་བཟང་སྐར་བཟང་ཞིག་བདམས་ཏེ་ལྷན་སྐྱེས་ལ་དགོ་ཚུལ་གྱིས་སྟོན་པ་གནང་། དེ་

ནས་བབྱང་ཁོས་རྒྱལ་བོ་དགོན་པའི་ཇ་མ་བྱས་ལ་རྩ་ཁང་དང་འདྲ་ཁང་སོགས་སུ་མཆོད་བཤམས་བྱས་ཏེ་
བཤམས་ཐོམ་ཁྱ་མེད་བཟུང་གིང་རྩེས་སུ་སྐྱབ་སྒྱུར་དང་ཉམས་ལེན་གྱི་ཐད་ལ་ཁྱ་གྱུན་གྱིས་བཟུགས་
བཟོད་གྱི་མེ་ཏོག་གཏོར་ས་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཏོ།།

བཅར་འདྲི་བྱེད་ས། ཆན་པོ་གཙོད་པ།

བཅར་འདྲིའི་ས་གནས། དར་མཚོ་རྫོང་མེར་འབའ་ཕྱེ་བ།

བཅར་འདྲིའི་རུས་ཚེད། 2015.11.16

མི་ལ་ཅི་ཅི།

ཤར་ཆང་སྟག་ལྷ་ཆེ་རིང་། རྒྱུད་འབའ་རྒྱུད་།

སྒྲེང་གཞི།

ཕྱིར་འཇིག་རྟེན་འདྲིར་འདྲེ་ཡོད་མེད་ནི་མི་མང་པོ་ཞིག་གི་དབྱུང་པའི་གནས་སུ་ཕྱུར་ཀྱང་དཔེ་མེས་ས་
ལ་འཇིག་རྟེན་འདྲིར་ལྷ་ཡོད་ན་འདྲེ་ཡོད་ན་ཅིའི་ཕྱིར་མི་ཆོག་ཅེས་པའི་དྲི་བ་ཞིག་དང་གིས་ཐོན་འོང་།
སྐབས་འདྲིར་ཡང་དངོས་སུ་མཐོང་ཐོས་ཐྱོང་གསུམ་དུ་ཕྱུར་པའི་འདྲེ་མི་ལ་ཅི་ཅི་ཞེས་པའི་རྒྱུད་གཏམ་སྟེ་
རིག་གནས་གསལ་བརྒྱུ་ཆེན་མོའི་ཡར་ཐོན་ལ་མང་རྒྱུད་དུ་བྱུང་པའི་དངོས་བྱུང་གནས་ཚུལ་འདི་ནི་བདག་
གིས་ཨ་ཁྱའི་དག་ཐོག་ལས་ཅི་བྱུང་སྟེ་ཤོག་དོར་པའ་བ་ཡིན།

གཏམ་རྒྱུད་དངོས།

ཐོན་ཆང་ཐར་ཤུལ་ཆོ་གསུམ་གྱི་ཡ་གྲུལ་སྒྲུ་ཆང་ཞེས་པའི་ཐེ་བ་ཞིག་ནས་བྱུང་པའི་འདྲེ་རྒྱུད་ཞིག་ཡིན།
དཔེ་མི་སྐུན་ཕུ་པོའི་ཨ་མའི་ཨ་ཁྱའི་ཆང་ལ་ཕུ་གཉིས་དང་ཕུ་མོ་གཅིག་ཡོད་ལ། ཐོ་ཞིག་གི་དབྱུར་ཁར་ཁོང་
ཆང་གི་ཉེ་འདབས་ཀྱི་ཁྱིམ་མཆོས་ཆང་ལ་ཕྱིར་སྟོན་སར་སྤར་བས། ཕུང་བ་དེར་ཁོང་ཆང་གཅིག་ཕུ་ལས་
ཁྱིམ་ཆང་གཞན་མ་སྟག་ ཉིན་འགའི་རྒྱུ་ཁོང་ཆང་ཡང་ཅུ་སྟོན་སར་སྤར་དགོས་པས། ཐུ་མོར་ལངས་
ནས་གཡག་ལ་ཁལ་འགལ་སྐབས་ཁོང་ཆང་གི་ཕུ་མོ་མེད་པ་ཤེས་ནས་ལ་ཕུང་མང་པོར་བཅའ་ཀྱང་མ་རྟེན།
ཁྱིམ་ཆང་དེའི་ཁྱིམ་བདག་གམ་དཔེ་མི་སྐུན་གཅེན་པོའི་ཨ་མའི་ཨ་ཁྱའི་དེ་མོ་ཅིས་སྟགས་ལ་མཁས་པའི་མི་
ཞིག་ཡིན་ཞིང་། ས་ཆ་དེར་ལ་ལས་དབང་ཐང་དར་བས་མི་ཀྱང་གྲིས་བཀྱར་བཞི་བྱེད་སའི་མི་ཆེན་ཞིག་
ཡིན་པར་བཤད། དེ་དུས་ཁོའི་རང་གི་ཕུ་མོ་འདྲེ་དང་ལྷ་གང་ཅུང་ཞིག་གིས་གནོད་འཚོ་བྱས་པ་རྟོགས་ནས་
ཕྱུར་དུ་ཁོང་ཆང་གི་ཅུ་སྟོན་སར་སྤར་དུ་བཅུག་པ་དང་། ཕྱི་དྲོ་ཞིག་ལ་ཁོ་གཅིག་ཕུས་ཏེ་བཟང་པོ་ཞིག་
ཞོན་ཏེ་མི་མདའ་ཞིག་བྱུང་ལ་ཁུར་ཞིང་། མདའ་ར་ཞིག་ཀྱང་སྐད་པར་བཅིངས་ནས་ཐུ་ཕྱིར་ཞིག་བཟུང་
སྟེ་ཕྱིར་དབྱུར་སར་སོང་། མཆོར་ཤུལ་ནས་ཤ་སྐམ་ཞིག་ཟས་རྒྱུ་དེར་ཉལ་ནས་ནམ་ལངས་པར་བྱས་ཤིང་
ཉེ་འོད་རི་རྩེར་ཕོག་དུས་ཁོ་མལ་ལས་ལངས་ཏེ་བསང་ཞིག་ཕུད་ནས་ཕྱིར་མཆོར་སར་འོང་བ་ན། ཁོང་ཆང་
གི་མཆོར་སའི་ཉེ་འདབས་ཀྱི་ཐུ་འོག་གམ་གད་པའི་ནང་དུ་ཕྱིས་པ་གཉིས་ཀྱིས་ཤབ་ཤབ་ཀྱི་སྐད་སྒྲ་ཐོས་

པས། དེ་མ་ཐག་ཁོ་ཉི་འགྲམ་དུ་སོང་ནས་གད་ཁ་ནས་མར་བལྟས་ཆོ་བྱིས་པ་གཉིས་ཅེ་བཞིན་འདུག་ལ་
གཅིག་ནི་ཁོའི་བྱ་མོ་དང་གཅིག་ནི་བྱིས་པ་བྱ་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། བྱིས་པ་དེ་གཟུགས་མུང་ཞིང་སྐྱ་ལོ་མར་
དབྱེ་ཆོགས་མན་དུ་གནས་པའི་བྱིས་པ་ཡག་པོ་བལྟ་བས་ཆོག་མི་ཤེས་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ནས་ཁོས་མི་ལ་ཅི་
ཅི་ཡིན་པ་ཤེས་ཤིང་། གནའ་མའི་བཤད་སྒྲུབ་ལྟར་གལ་ཏེ་མི་ལ་ཅི་ཅི་དང་འཕྲད་ཆོ་ཁོའི་རལ་བའི་ནང་
དུ་བཟུང་ནས་གཙུག་དགོས་ལ། དེ་ནས་བཀྲ་ཤིས་ཁ་གཡང་སྒྲོག་ཏུ་འཇུག་དགོས་པ་དང་། ཁ་གཡང་
བསྐྱགས་ཆེས་ཁ་ཕྱིར་མི་འཁོར་བར་འགྲོ་དགོས་པ་སོགས་བཤད་སྒྲུབ་ཡོད། ཁ་ཕྱིར་འཁོར་ན་དེས་ཆེས་སྐྱ་
དམོད་མོ་བྱེད་པའི་ཁ་ཐོག་ཏུ་འགྲོ་བ་ཡང་བཤད། དེ་ནས་ཁོས་དེ་ལྟར་མར་གད་པའི་ནང་དུ་བབས་ཏེ་
མི་ལ་ཅི་ཅིའི་རལ་བ་ནས་བཟུང་སྟེ་ཁ་གཡང་སྒྲོག་ཏུ་བཅུག་པ་དང་། ཁ་གཡང་བསྐྱགས་ཆེས་ཁ་ཕྱིར་མ་
འཁོར་བར་བྱ་མོ་པང་བྱ་བཟུང་སྟེ་ཐོས་པ་རེད། ཆེས་སྐྱ་ཁོས་བྱ་མོར་དྲིས་པ་ན་བྱ་མོས་བྱིས་པ་ཞིག་གིས་
གད་པའི་ནང་ནས་མོར་འཕོད་པ་ཐོས་པས། མོ་གད་པའི་ནང་དུ་སོང་བ་ན་བྱིས་པ་ཆུང་ཆུང་ཞིག་གིས་མོ་
ལ་ཀ་ར་མང་བོ་བྱིན་ཏེ། ཁོ་ལ་ཅེད་རོགས་བྱེད་དུ་བཅུག་ཅིང་ས་ཟུབ་ཁར་མོ་ཕྱིར་ཡུལ་ལ་ཡོང་འདོད་
སྐབས་བྱིས་པ་དེས་མོ་ལ་ཇ་དམར་བོ་ཞིག་ཅན་དམར་བོ་ཞིག་གི་ནང་དུ་སྐྱགས་ནས་འདི་འཕྱང་བཟེད། སྐབས་
དེར་དེད་གཉིས་ཅེ་ཡུན་རིང་བས་ང་ཉ་ཅང་ཐང་ཆད་ཅིང་སྐྱམ་པས་དེ་འཕྱང་ཆུན་དེ་མ་ཐག་ཅི་ཡང་མི་
བྲན་པར་སྐྱར་སོང་ཞེས་བཤད། དེའི་ཆེས་ཁོང་ཆང་གི་འཕྱོར་བ་འཕེལ་ཞིང་ཅི་བསམ་སྐྱོན་བྱིས་བྱུང་པ་
བྱུང་ལ། དེ་ནི་མི་ལ་ཅི་ཅོས་ཁ་གཡང་དེའི་ཆུན་ཡིན་པར་བཤད་མཁན་མང་བོ་ཡོད་དོ།

མཇུག་གཏམ།

འདི་ནི་དངོས་བྱུང་གཏམ་རྒྱུད་ཅིག་ཡིན་ལ་དེའི་ཁྲོད་ཀྱི་མི་སྣ་དག་གི་མིང་དངོས་སུ་འགོད་པའི་དབང་
ཆ་མེད་པས་འདིར་མ་གཤོད་པ་ཡིན་མོད། གཏམ་རྒྱུད་འདིའི་ནང་གི་ཕ་རུ་གཉིས་ཀྱི་བྱ་རབས་ཆ་རྒྱུད་
ཀྱིས་བདེན་དཔང་བྱེད་ཐུབ་པོ།

བཙུང་འདྲི་བྱེད་མ། རྟིང་ལྷགས་རྒྱལ།

ས་གནས། འབའ་རྫོང་ཤར་ཆོང་ཕྱེ་བ།

བཙུང་འདྲི་མཁན། ལྷག་ལྷ་ཆོ་རིང་།

འདྲེ་རྒྱུད་མཁམ།

སྤེལ་ཆོས་གྲགས་བྱ་མཚོ། མཚོ་ལྷོ།

སྤེལ་གཞི།

དེ་ཡང་རང་ཅག་ཁ་བ་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ས་འདིར་སྡོན་བྱོན་ཡབ་མེས་དག་གི་དག་ནས་བརྒྱུད་འོང་བའི་
འདྲེ་རྒྱུད་དང་ཉ་རྒྱུད། རོ་རྒྱུད་སོགས་མང་པོ་ཞིག་བྱུང་ཆུང་ལ། ད་པེས་འདིར་རྒྱབས་སུ་བབས་པའི་
དངོས་བྱུང་འདྲེ་རྒྱུད་འདི་ནི་ང་ཚོ་དང་ཆེས་ཁ་ཐག་ཉེ་བ་ཞིག་གི་འདྲེ་ལ་ཁྱུ་ནས་བརྒྱུད་འོང་བའི་དངོས་
བྱུང་གཏམ་བརྒྱུད་ཅིག་གོ།

གཏམ་བྱུང་དངོས།

འདི་ནས་ཡར་བཟང་ན་ལོ་ལྔ་ཡས་མས་ཀྱི་མཚམས་སུ་གནའ་རྒྱུད་གྲགས་ཅན་ཞིག་བྱུང་ཆུང་ལ་ཆོས་
བཟོད་བརྟགས་དཀའ་བ་དང་འཇིགས་སུ་རུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་ཤིག་གི་རྒྱུ་ལྷན་དུ་བྱེ་ཆུང་ཆུང་ཞིག་ལ་
འདས་དོན་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་དབུ་བྱུང་བྱིས་ཆུང་ཟེར།

དེ་ནི་ང་ཚོ་ཆོས་ཁ་ཐག་ཉེ་བའི་སྤྱི་ལོ་ཉིས་ལྔ་མ་པའི་རྒྱབས་ཀྱི་དངོས་བྱུང་འདྲེ་རྒྱུད་ཞིག་གིས། ཀན་
པོ་བྲག་ཤིས་དང་ཕུམ་ལྷ་སྡོན་ཟེར་བ་གཉིས་ལ་བྱ་ལྷག་འདྲ་བ་གསུམ་སྟེས་པ་དེ་ཡིན། ལུ་དེ་ཚོར་རང་རང་
ལ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ལག་ཤིས་ཡོད་པར་མ་ཐད་གཞན་ན་མས་ཀྱིས་འགའ་ལྷན་བཟུལ་བའི་རུས་ཅུལ་དང་
ཐབས་ཤིས་ཀྱང་ཡོད། ལུ་དེ་གསུམ་ནས་སོན་རྗེས་རང་རང་གི་འདོད་མོས་ལྷར་པ་མ་གཉིས་ཀྱིས་བྱ་གཅིག་
སྟོབ་ཟུར་བཞག་པ་དང་བུ་ཆེ་བ་དང་འབྲིང་བ་གཉིས་རང་བྱིས་ནས་འདུག་དུ་བཅུག་སྟེ་འཁོར་བའི་ལས་
ཀར་ཞུགས་ཤིང་སྟོ་ཕྱགས་སོགས་འཚོ་བ་བཅུག་ནས་མི་ལོ་བཅོ་ལྔ་ལྷག་པར་བསྐྱལ་བ་ཡིན། ལོ་དེའི་དགུན་
ལའི་ཉིན་ཞིག་ལ་ཁོང་ཚང་ལ་ཁྱུར་པོ་མང་པོ་ཁྱུར་ཡོད་པའི་ལོ་ན་ཉ་ཅང་བསྐོས་པའི་ཨ་ཁྱུ་མཚམས་པ་བ་
ཞིག་གནས་ཆང་གཡར་དུ་བསྐྱབས་བྱུང་བས་བུ་ཆེ་བས་པ་ཀན་ལ་ཕྱོས་མོལ་བྱས་ནས་ད་གཟོད་གནས་ཆང་
གཡར་བ་ཡིན། ཨ་ཁྱུས་མཚན་ཁང་གི་གཡས་འགམ་དུ་ངལ་གསོ་བྱས་ཤིང་ཀན་པོ་བྲག་ཤིས་ཀྱི་རེ་འདོད་
ལྷར་མི་ལམ་བརྟག་ཐབས་ལ་བརྟེན་ནས་མཚན་གང་པོར་ཀན་པོ་བྲག་ཤིས་ཆང་གི་མ་འོངས་པའི་བདེ་

སྤྱིད་ཀྱི་སྤང་དུ་ལྷ་སྒྲ་མ་ཡི་དམ་ལ་གསོལ་འདེབས་གང་མང་བྱས་ནས་མཚན་ལམ་ལ་བརྟུག་པ་རེད། མཚན་ལམ་དུ་རྟགས་དང་མཚན་མ་འདྲ་མེན་སྒྲ་ཚོགས་བྱུང་བས་གསལ་ཁ་མཛད་མ་བྱུང་བར་བྱས། ཞོགས་པར་ཀན་པོ་བཀྱ་ཤིས་ལྷ་མོར་ཡར་ལངས་ནས་བསང་མཚན་ཆེན་པོ་ཞིག་བྱས་ཏེ་མཚམས་པ་བའི་མདུན་སར་བཅར་ནས་གཞིས་ཀྱི་ཡུང་བསྟན་ག་འདྲ་རེད་ཅེས་དྲིས་པ་ན། མཚམས་པ་བས་མངོན་སྟོག་དང་སྤྱ་གསང་མེད་པར་དེ་ལོ་ཁྱོད་ཀྱི་གཞིས་འདི་ཏེ་ཅང་རྒྱབ་མོ་རེད་ཅེས་གསུངས། དེ་བས་བྱ་གསུམ་གང་དུ་ཡང་འགྲོ་རུ་མ་འཇུག་ཅེས་ཡང་དང་ཡང་དུ་ལག་པར་འཇུས་ནས་བཤད།

ཇེས་སུ་མཚམས་པ་བ་བྱིར་རི་ཁྲོད་ལ་ལེབས་ཤུལ་དུ་བྱ་བྱེད་བ་དོན་བྱུང་བེར་བ་དེས་མཚམས་པ་བ་སྒྲ་པོ་ཞིག་གི་སྒྲད་ཆ་ལ་དེ་འདྲ་མཐོང་ཆེན་དང་ཡིད་ཆེས་མི་དགོས་ཞེས་བཟའ་མི་ཚང་མའི་གཤེས་ནས་ཡར་ལངས་ཏེ་བཤད། དེ་ནས་ཀན་ཚོན་གཉིས་ཀྱིས་བསྐབ་བྱ་མང་པོ་བྱས་ཀྱང་འཇུར་བ་སྤྱ་ཅམ་མེད་པར་སང་ཉིན་ང་རང་ལན་ཚུ་བཅོང་གི་འགྲོ་བྱ་ཡིན་ཞེས་རང་འདོད་ཀྱིས་བཤད་པས་མི་མངགས་ཐབས་མེད་དུ་བྱུང། ཞོགས་པར་སྤྱ་རེངས་དང་ལྷན་དུ་མི་མདའ་དང་མདའ་སྟོགས་སྟག་ཏུ་ཁྱུར་ཏེ་བྱིར་སྒྲོ་ལ་བྱང་ནས་ལྷ་བསང་གི་ལུ་མ་ཞིག་ཕྱད་དེ་ཁོ་ཚོ་པོ་གསར་མི་བཅུ་ལྷག་གིས་ཚུ་ཁྱུ་བཀལ་ནས་ཡུལ་^① ལྷོང་སྒྲོར་གྱི་ཚུགས་སུ་ལམ་ལ་ཆས་པ་རེད།

ཉིན་ཞིག་གི་དགོང་མོར་ཁོ་ཚོ་ཚོ་ལམ་གྱི་ཞིང་ཁམས་འགྲིམས་ནས་མཚན་དཀྱིལ་དུ་སྐྱེབས་པ་ན་དོན་བྱུང་གི་རྩ་ལམ་དུ་སྤྱ་འདྲ་མེན་སྒྲ་ཚོགས་ཤིག་གསལ་ཏེ། གང་བྱུང་འདི་བྱུང་མ་ཤེས་པར་རྟ་དང་ཁལ་མ་སྟོགས་འདྲོགས་པས་ཁོ་རང་ཡར་མི་ལངས་ཐབས་མེད་དུ་བྱུང། སྤྱས་མགོའི་མི་མདའ་བབྱང་ནས་སྒྲོར་བྱང་བ་ན། ཚུགས་ཡོངས་སུ་ཕུན་ཀླག་གིས་བསྐྱིབས་ཤིང་གསལ་ལ་མི་གསལ་བའི་ཁལ་མ་འགའ་ཡར་འགྲོ་བ་མཐོང་བས་འཇུབ་ཆའི་ངང་ནས་ཇེས་ལ་སོང་། སྤྱ་བྱར་དུ་སེམས་ཀྱིས་བྱིར་བ་ནི་རང་ཉིད་ཀྱི་སྟོན་སྤྱའི་ཇེས་ན་ད་དུང་སྤྱ་གཞན་པ་ཞིག་གསལ་བའི་ཆོར་བ་ཞིག་ངམ་ངམ་ཤུགས་ཀྱིས་སྐྱེས་ཡོང་། ལུ་ནས་སུ་མཐུད་དེ་སྤར་བཞིན་མདུན་དུ་སོང་བ་ན་ཡང་མདོ་ཞིག་དུ་སྐྱེབས་པ་ཤེས། མགོ་པོ་ཡར་བཏེགས་ཏེ་བསྐྱས་པ་ན་གཞིས་སྤར་ཆེན་པོ་ཞིག་གི་རྩར་ཐོན་ཡོད་པ་མ་ཟད་མི་མགོ་དང་ཀང་རུས་སྟོགས་ཐང་ལ་བརྟེན་བ་བཞིན་

① 湟源 རི་པོ་ཉི་ལྔའི་ཉེ་འགམ་གྱི་ཡུལ་གྱི་ཞིག་གི་མིང་།

ཡོད་པས་ཡུང་ཙམ་ཞིག་ལ་ཅི་བྱ་གཏོལ་མེད་དུ་སྒྱུར། དལ་གྱིས་སྟོང་ལ་བབས་ཏེ་ཞིབ་ཏུ་བཞུགས་པ་ན་ད་
 ཏུང་དེ་ལས་ཀྱང་མི་ཚད་པའི་སྒྱིག་ཡལ་བ་ཞིག་སྟེ། རྩོན་ནས་སྤོང་གིང་འཛིགས་པའི་དམུལ་ཁམས་སམ་
 འདྲེ་གདོན་ཡི་དྲགས་ཀྱི་འཆོལ་བའི་འཐབ་ར་དེ་མདོན་སྤུང་ཏུ་མཐོང་བའི་འཛིགས་སྤང་སྟེན། གཞུགས་གཞི་
 ལུས་ཀྱིས་འདེགས་དཀའ་བའི་ངང་རང་རུས་གང་ཡོད་བཏོན་ཏེ་པར་བཞུགས་ཙམ་ན། ཏུལ་རྩོད་ཆགས་གིང་
 གི་ངན་འབྱུལ་བའི་གསེབ་ན་འཆང་ཁ་ཤིག་ཤིག་གིས་རྒྱ་བ་ནི་ལ་ལ་གནམ་ལ་མཆོངས་གིང་བྱང་བརྟུངས།
 ལ་ལས་ས་ངོས་བཞུགས་གིང་མཆེ་བ་བདར། དེ་དག་གི་དབྱུགས་སམ་དཀྱིལ་ན་ཅུང་ཙམ་མཐོ་ལ་རྟག་ཁྲག་
 གིས་རྩོད་པའི་སྟེགས་བུ་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་གང་ནས་བྱུང་བམ་ཤེས་པར་སྟོབས་ལ་རྟག་ཡོར་ཡོར་གྱི་གཟིགས་
 གཞི་ཞིག་བབས་པ་དེས་སོང་སོང་རྩྱབ་རྩྱབ་ཀྱི་སྐད་འབོད་ཅིག་བྱས་ཆོ་སྟེགས་བུ་དེའི་མདུན་རྩྱབ་དང་
 གཡམས་གཡོན་ན་གནས་པའི་ཉམ་ཐག་མ་རུང་བ་དེ་དག་གིས་ཁྱོད་གིང་གསོན་གྱི་འཐབ་འཛིང་ཁྱོད་ནས་
 གཅིག་སྟོག་གཅིག་གིས་འཕྲོག་སྟེ། ལ་ལས་སྟོ་སྟེང་བྱང་གསུམ་དང་། ལ་ལས་ཤ་ཁྲག་རུས་གསུམ་ཁྱེར་ནས་
 རྟག་ཅིང་ཤོར་གས་ཆགས་པའི་གཞུགས་གཞི་དེ་ལ་འབྱུལ། དེ་མ་ཐག་གཞུགས་གཞི་དེའི་ངོ་བོའི་འཕྱུར་བ་
 བྱི་ཞལ་ངོ་རྟག་ལ་སྒྲ་ལོ་གཟེངས་པ། མཆེ་བ་གཅིགས་གིང་རུས་རྒྱུད་གི་རལ་གྱི་འཆང་བའི་འཛིགས་སུ་
 རུང་བ་དེས་ཡིད་ཆོས་སམ་པའི་ངང་མེ་རེ་བཞིན་ལོངས་སུ་སྦྱོང་བ་མཐོང་བས། ཁོ་པོ་འཁྱོད་གཏུང་དྲག་པོས་
 ཀུན་ནས་མཛར་ཏེ་ཐར་བའི་ལམ་ལ་རེ་སྟོན་འཆང་བཞིན་ཕྱིར་འཁོར་ནས་ལམ་ལ་ཆས་པ་ན། གང་བྱུང་
 འདི་བྱུང་མ་ཤེས་པར་སྟོབས་དུ་མིག་ལམ་ལ་མེ་སྟག་ཅིག་མཆེད་ཡོང་བའི་གཡང་གཟར་ཆེན་པོ་ཞིག་ཏུ་
 སྒྱུར་ནས་ཆོལ་ས་འདས།

ཞོགས་པར་ཆོང་གོགས་ཆོས་ཞོགས་ཇ་འབྱུང་རྗེས་དོན་གྲུབ་མཐོང་མ་བྱུང་བས་སྒྱུར་དུ་གཞིས་སྐར་
 ལ་འབོད་དུ་སོང་ཡང་མེད་པས་ཆོང་གོགས་ཆོ་རུ་རྒྱུད་གསུམ་ལ་བགོས་ནས་འཆོལ་དུ་སོང་། ཉིན་གསུམ་
 ལྷག་འགོར་ཀྱང་སྐད་ཆ་ཙམ་ཡང་སྤོང་སྟེ་མ་བྱུང་བས་མཐུག་མཐར་རྟག་པོ་བཟུ་ཤིས་ལ་མི་བཤད་ཀ་མེད་
 བྱུང་།

ཉིན་བཞི་བར་ཆོང་གོགས་འགའ་དངོས་སུ་རྟག་པོ་བཟུ་ཤིས་ཆོང་ལ་སོང་ནས་དངོས་བྱུང་གནས་ཚུལ་
 དེ་དག་མ་ཆད་མ་ལུས་པར་ཡར་ཁྱབ་སྟེ། རྟག་པོ་བཟུ་ཤིས་ཀྱིས་ཅུང་ཙམ་ལ་ཅང་མ་བཤད་པར་བཞུགས།
 དེ་ནས་མི་མི་རྟེན་ཀྱང་རྟེན་དགོས་ཞེས་སྟེན་དམོད་བྱས་ནས་སྒྱུར་དུ་སོང་ཞེས་བཤད། བདུན་ཕྱག་

གསུམ་ཚུལ་འགོར་ཡང་ཁྱར་བཞིན་གར་ཡོད་འདྲི་ཡོད་མ་ཤིས་པས་འདས་མཆོད་བསྐྱབས།

དེ་ནས་ཁྱེད་གསུམ་དང་ཉིན་བཅུ་གསུམ་ལོན་པའི་རྗེས་སུ། ཁྱེད་བཅེད་པའི་མཚན་སྒྲོངས་ཤིག་ཏུ་གན་
 བོ་བྲག་ཤིས་ཚང་གི་སྒྲིམ་བྱ་ལྟ་བུས་ཤིང་ཏེ་རའི་ནང་གི་ཏེ་སྟགས་ཀྱིས་ཀྱང་འཚོར་སྐད་བསྐྱབས་ནས་
 བྱིམ་མཆོད་གྲུང་གཉིད་སྦྱིད་བོ་ཞིག་ལོག་ཏུ་མ་བཅུག། རུས་དེར་བྱ་ཆེ་བ་སྒྲོར་བྱང་བ་ན་ཐག་རྒྱ་རྒྱང་
 རྒྱང་གི་ཆར་བ་ཞིག་བབས་བྱུང་། སྒྲོ་བྱར་དུ་བྱིར་བྱིམ་དུ་ལོག་ནས་ལྷས་ངན་པ་ཞིག་རེད་ཅེས་ཡང་ཡང་
 བཤད་བཞིན་ཉལ། མཚན་མོ་དེར་ཁོའི་མི་ལམ་དུ་སྐྱུན་འབྲིང་བ་དོན་སྲུབ་ཀྱི་འདས་དོན་མཐའ་དག་མཛོན་
 ལུས་བཞིན་མིས། ཞོགས་པར་ཁྱེད་མོ་ཡར་ལངས་ནས་ལྷས་རའི་ནང་དུ་སོང་བ་ན་འདས་སོང་བའི་བྱ་འབྲིང་
 བ་ལ་ངེས་བཀྲགས་པའི་རྟ་ཞིག་ཡོད་པ་དེ་གར་སོང་ཆ་མེད་དུ་བྱུང། དེ་ནས་ནང་མ་འཐུང་སྐབས་བྱ་ཆེ་
 བས་པ་མ་གཉིས་ལ་དགོང་མོ་དེར་བྱུང་བའི་གནས་ཚུལ་གཅིག་ཀྱང་མ་ཆད་མ་ལུས་པར་བཤད་པ་ན། ཨ་
 ལས་འདུག་རན་མ་རེད་འགྲོ་རན་རེད་ཅེས་བྱ་ཆེ་བའི་ལག་ཏུ་བྱི་མེད་ལྷ་དར་དཀར་བོ་ཞིག་བཞག་ནས་
 ཨ་ཁུ་མཚམས་པ་བའི་བྱང་དུ་འགྲོ་བྱ་བཅུག། ལམ་བར་དུ་དོན་དག་དང་རྟགས་མཚན་ཅི་ཞིག་བྱུང་ཡང་
 གཏན་ནས་འདུག་མི་ཉན་ཞེས་བཤད། བྱ་ཆེ་བ་སོང་སོང་བའི་མཐར་ས་ཡང་ཅུབ་ལ་ཉེ་བའི་སྐབས་སུ་
 མཚམས་པ་བའི་སྐབས་ལྟག་སྒྲོར་ཐོན་བྱུང། ནང་དུ་འཛུལ་བ་ན་མཚམས་པ་བས་སྒྲོམ་བརྒྱབ་ནས་ཡོད། བྱ་
 ཆེ་བ་བདེ་ལོགས་ཀྱིས་སྐད་དམའ་མོའི་ངང་བོས་ཉེ། རིམ་གྱིས་གནས་ཚུལ་སྟགས་ཡར་བྱ་བས་པ་ན་བོར་
 སོང་བའི་རྟ་དེ་སྒྲོབས་ཐུན་གྱི་སྐྱུན་འབྲིང་བ་འདས་སོང་བ་དེ་ལ་འབྲེལ་བ་དམ་བོ་ཡོད་ལ། ད་དུང་མཚན་
 དཀྱིལ་ལ་ཁོང་ཆང་གི་བྱིམ་མི་རེ་རེ་བཞིན་དུ་མིང་གིས་བབྱང་ནས་འབོད་པ་ལ་བལྟས་ན་བྱ་འབྲིང་བ་དེ་
 མི་མ་ཡིན་གྱི་སྒྲིབ་བ་སྒྲོངས་ཡོད་པ་རེད་ཅེས་གསུངས། དེ་ནས་མཚམས་པ་བས་འདས་སོང་བའི་བྱ་འབྲིང་
 བ་དེ་དང་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་དངོས་པོ་ཅ་ལག་གང་ཡོད་ན་ཉེ་མ་ཞིག་གཏན་ཁེལ་བས་ནས་སྒྲིབ་སྟེག་བྱེད་
 རོགས། གོང་གི་བྱ་བ་དེ་དག་བསྐྱབས་ཆར་རྗེས་ང་ཁྱེད་ཆང་ལ་ཐོན་ཡོང་ཞེས་གསུངས། ཉིན་ལྔ་འགོར་
 ཡང་ཡུལ་ཕྱོགས་དེར་ནང་ཡམས་དང་གནོད་འཚེ་སྟགས་ལ་རྒྱན་ཆད་མེད་པས་མཚམས་པ་བ་དེ་ལ་རེ་སྐྱུག་
 བས་ནས་བསྐྱུང། ཉིན་བདུན་པའི་བྱི་རྒྱུར་ཨ་ཁུ་མཚམས་པ་བ་ཐེབས་ཤིང་མཚན་མོར་ཁྱར་བཞིན་འདྲི་རྒྱ་
 བརྒྱག་ཟེར་བ་དེས་ཡུལ་ཕྱོགས་ཀྱིན་ཏུ་རྒྱུ་ཆར་བ་པལ་སྐབས་མཚམས་པ་བས་གཙོད་ཆར་གཅིག་དང་
 མདོ་ཆར་གཅིག་གསུངས་རྗེས་རྟེན་ཆར་བ་ཡང་ཡུན་གྱིས་མཚམས་ཆད་སོང་། དེ་ནས་ཨ་ཁུ་མཚམས་པ་

འདྲི་སྦྱང་གི་སྐོར།

བས་ལྷ་མིན་གདོན་བཞུགས་གང་ཡིན་པ་ཁྱོད་གྱི་གནས་དེ་འདི་ན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པའི་ཡུལ་
ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་འོད་གྱིས་ཁྱབ་སོང་།

དེ་ནས་ཨ་ཁུ་མཚམས་པ་བ་ཕྱིར་རི་ཁྲོད་དུ་འགོ་སྐབས་ཁྱེད་ཚང་གིས་བྱང་གི་དགོན་ཆེན་བཞེ་ལ་
མཚོད་མཇལ་ཐངས་གཅིག་བྱེད་རྒྱུ་དང་། འདས་སོང་བའི་བྱ་འཁྲིད་བདོན་གྱི་དོན་རྒྱུན་དེ་དགེ་འདུན་
པ་དང་སྐུ་མ་རིན་པོ་ཆེ་རྣམས་ཀྱི་སྙན་ལམ་དུ་ཡུལ་ན་ལེགས་ཤིང་རྗེས་སུ་བསྐྱོད་སྙན་སྙགས་དགེ་རྒྱུ་བྱས་
ན་མཁུ་དུ་རྣམ་མཁུ་རྒྱུ་བའི་གོ་འཕང་ཐོབ་ངེས་ཡིན་ཞེས་གསུངས།

མཆོག་བསྐྱེད་པ།

དེ་ནི་ཐག་རིང་གི་གནས་ཚུལ་ཞིག་མིན་པར་སྤྱི་ལོ་ཉིས་ཉོད་ཐམ་པའི་དུས་སྐབས་སུ་བྱུང་བའི་དངོས་
ཡོད་གནས་ཚུལ་ཞིག་གོ།

བཅར་འདྲི་བྱེད་མ། སྤེལ་ནག་ལྷ་དཔལ་རྒྱ།

བཅར་འདྲིའི་དུས་ཚོད། 2015.7. 17

མནའ་མ་འདྲེ་མོ།

ཆོ་རིང་དར་རྒྱས། ཡུལ་ཤུལ།

གནའ་ལྷ་མོ་ཞིག་ལ་བྱིམ་ཚང་ཞིག་ཡོད་ལ་ཁོ་ཚང་གི་ཞི་ལུས་མནའ་མ་ཞིག་སྤངས། ཉིན་ཞིག་ཁོ་རང་ས་ཆ་གཞན་ལ་ཆོང་རྒྱག་དུ་སོང་ཤུལ་དུ། ཐངས་ཤིག་མནའ་མ་ལྷ་མོར་ཡར་ལངས་ཏེ་སྒྲོར་བྱང་སོང་། ཕྱི་དྲོ་ས་ཅུབ་ཆེས་ད་དུང་ཕྱིར་བྱིམ་ལ་མ་ཐོན་པས་པ་མ་དང་ཡུལ་མི་ཆོ་བཙམ་དུ་སོང་སྐབས། ཟླ་མཐར་ཡོད་པའི་ཚྲོང་ཆུན་ཞིག་ཡོད་པ་དེར་སྐེ་བཏགས་ནས་རང་སྟོག་བཅད་འདུག་པ་མཐོང་། ཁོ་མོའི་ཤི་སྤངས་དེ་ཉ་ཅང་འཛིགས་སུ་རུང་བ་ཞིག་ཡིན་སྐབས་ཡུལ་མི་ཆོས་བཅའ་པོར་རེག་མ་ཡོད་ལ་ཁྱོ་གའི་པ་མ་གཉིས་ཀྱང་ལོ་ན་ཉ་ཅང་བགོས་སྐབས་བཅའ་པོར་བདག་ལེགས་པོ་བྱེད་མ་ཐུག། དེ་ཆེས་ཡུལ་དེ་གའི་སྒྲུ་མ་དང་མོ་བ་སྟགས་ལ་ཁྲུས་པ་ན། ཉ་ཅང་མི་ལེགས་པ་ཞིག་རེད་ཅེས་གསུངས་ཤིང་། པ་མ་ཆུན་ཆོན་གཉིས་ཀྱིས་གནས་ཚུལ་དེ་རང་གི་མི་བཤད་པར་ཐག་གིས་བཅད། ཉིན་ཞིག་བྱས་ཆོང་ཁྱེད་ནས་ཕྱིར་བྱིམ་དུ་ལོག་དུས་རང་གི་ཆུང་མ་མེད་པ་ཤེས་ནས་པ་མ་གཉིས་ལ་དྲིས་པ་ན། ཆུན་ཆོན་གཉིས་ཀྱིས་མོ་གཉེན་ཉེ་ཞིག་ལ་བསྟར་བྱང་སོང་ཞེས་བཤད་པས་ཞི་ལུང་ཡིད་ཆེས་ནས་ཉལ་བ་རེད། ཕྱི་ཉིན་ལྷ་མོ་ཡར་ལངས་ནས་ཨ་པ་ལ་མོ་ནོར་འཆོ་བྱ་སོང་ནས་ད་དུང་ཕྱིར་མ་ཐོན་པ་ཨེ་རེད་ཅེས་དྲིས་ཆོ། ཨ་པས་ཁོ་ལ་མོ་གཉེན་ཉེ་ཞིག་ལ་བསྟར་བྱང་སོང་ཞེས་ངས་ཁྱོད་ལ་མདང་ལུབ་བཤད་པ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེས་བཤད་པར། ཞི་ལུས་ཨ་པ་ལ་རྒྱུན་མ་བཤད། མདང་ལུབ་དེད་གཉིས་ཀྱིས་པལ་ཆེར་མཆན་གང་པོར་ཁ་བད་བྱས་ནས་བསྟར་པ་ཡིན་ལ། མོ་ལྷ་མོར་ནོར་ལ་བྱང་སོང་ཞེས་བཤད་པ་ན། པ་མ་གཉིས་ཉ་ཅང་འཛིགས་སྤང་སྟེ་ས་ཆ་དེའི་གའི་སྒྲུ་མ་ཞིག་ལ་བྱ་བྱ་སོང་།

ཡང་ཉིན་ཞིག་ཞི་ལུ་ཆོང་བྱེད་དུ་འགྲོ་སྐབས། ཁོའི་ཆུང་མ་སྟག་རྒྱབ་ན་ཡོང་བཞིན་པ་མཐོང་བས་ཅི་ཡིན་སྟེ་ནས་གས་དུ་སོང་སྟེ་དྲིས་པ་ན། མོས་ཁྱོད་སོང་ཤུལ་དུ་ཁྱོད་ཀྱི་པ་མ་གཉིས་ཀྱིས་ང་ལ་སྟར་བྱང་བ་བཟུང་བས་ངས་དེ་བཟོད་མ་ཐུབ་པར་བྱང་སོང་བ་ཡིན་ཞེས་བཤད་པས། ཞི་ལུས་མོའི་ལག་པར་འཇུས་ཏེ་ཁོ་གཉིས་པ་ཡུལ་དང་ཁ་བྲལ་ནས་ཡུལ་གཞན་དུ་བྱང་སོང་། ཁོ་གཉིས་ས་ཆ་ཞིག་ལ་ཐོན་པ་ན་ཡུལ་དེའི་བྱིས་པ་མང་པོ་འཕྲོད་ཀྱིན་འདུག་པས་ཡུལ་མི་ཆོ་ཁོ་གཉིས་ལ་དོགས་པ་སྟེ། ཉིན་ཞིག་བྱིམ་

མཆོད་ཀྱི་ཐོ་ཞིག་གིས་ཁོ་ལ་ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱུད་མ་མཚན་མོར་ནམ་རྒྱུན་དོན་དག་ཅི་བྱུང་བ་མེད་ཅེས་ཡང་ཡང་
 དྲིས་པས། ཁོ་ཉ་ཅང་མཚར་སྣང་སྒྲིབ་ཏེ་དགོང་མོ་དེར་གཉིད་ཁུལ་བྱས་ནས་བཟུང་བ་ན་མོ་རང་ཡར་
 ལངས་ནས་སྒྲིབ་བྱུང་སོང་། དེ་ནས་ཁོས་མོའི་རྒྱུ་སྒྲིབ་ནས་སོང་བ་ན། མོ་དུར་ཁྱོད་ཅིག་ལ་སོང་ནས་
 ས་བསྒྲིགས་ཏེ་བྱིས་པའི་མགོ་མང་པོ་ཞིག་ས་སྒྲིབ་དུ་སྒྲུབ་ཤིང་མིག་དང་སྒྲུབ་ཞོ་སྒྲིགས་འཇུག་ནས་ཟ་
 བཞིན་ཡོད་པ་མཐོང་བས་སྒྲིག་སྒྲིབ་ཕྱིར་ཐོས་སོང་། བྱིར་ཉིན་ཞོགས་པའི་དུས་ཚོད་དུག་བདུན་ཡས་མས་
 ཀྱི་སྒྲིབ་མོ་བྱིར་ཐོན་ནས་ཉལ།

རྒྱུ་སྒྲིབ་དེ་ལ་ཉ་ཅང་བཤད་སྒྲིབ་མང་པོ་ཡོད་དེ་གཅིག་ནི་པ་མས་བཅའ་བའི་སྒྲིབ་མ་དེས་དམ་ལ་
 བཏགས་པ་དང་། གཅིག་ནི་ཁྱོ་ག་མོ་ལ་ཉ་ཅང་སྒྲིག་པའི་རྒྱུ་སྒྲིབ་དེ་མོས་ཚར་ཏེ་ཁོ་བསད་པ་དང་།
 གཅིག་ནི་ཁྱོ་གས་དེ་གའི་སྒྲིབ་མ་ཞིག་ལ་རྒྱས་ནས་དམ་ལ་བཏགས་པ་སྒྲིགས་བཤད་སྒྲིབ་ཉ་ཅང་མང་པོ་ཡོད།
 འདྲི་རྒྱུད་བཤད་མཁན་ལ་འདྲི་ཐོ་ཚོས་ཡིན་པས་ངས་བཅར་འདྲི་བྱེད་ལུས་ཀྱི་བཤད་པ་མཐའ་དག་ཡི་གེར་
 བཀོད་པ་ལས་གཞན་བསྒྲིབ་བཅོས་སྒྲིགས་ཅི་ཡང་བྱས་མེད་པར་བྲིས་ཡོད།

བཅར་འདྲི་བྱེད་སྒྲིག་བཟླ་ཤིས།

ས་གནས། ལུས་ལྷན།

བཅར་འདྲི་བྱེད་མཁན། ཚེ་རིང་དར་རྒྱས།

བྱ་ཆེ་བ་འདྲེ་མོའི་ལག་ནས་ཐར་བ།

འཕོ་ར་དོན་བཀའ་རྒྱུ་གྱུ།

གནའ་མ་མོ་ཞིག་ལ། ཆན་མོ་མ་བྱ་གསུམ་ཡོད་ལ། ཏུས་རྒྱན་པར་གྱོ་མ་བརྟོས་ཏེ་འཆོ་བ་ལོ་བ་བཞིན་
ཡོད། ཉིན་ཞིག་ཨ་མ་དང་བྱ་རྒྱུད་བ་གཉིས་རྒྱན་ཐུག་ཐུག་གྱོ་མ་བརྟོ་བྱ་སོང་ཞིང་། བྱ་ཆེ་བས་བྱིས་ལྷན་
བྱས། ཨ་མ་དང་བྱ་རྒྱུད་བ་གཉིས་ཀྱིས་ཉིན་ཕྱེད་ཅིག་ལ་བརྟོས་ཀྱིང་གྱོ་མ་སྒྲེ་མོ་གཅིག་ལས་རྟོ་མ་ཐུབ་
པས་བྱ་རྒྱུད་བ་ཐང་ཆད་ནས་ད་འགྲོ་ཞེས་བཤད་པས། ཨ་མས་སྒྲེ་མོ་གཅིག་གིས་འདྲང་ནི་མ་རེད། རྒྱུད་
སོང་དང་ཨ་མས་ད་དུང་གྱོ་མ་རྟོ་ཞེས་བཤད་པས། བྱ་རྒྱུད་ཕྱིར་བྱིས་ལ་ལོག་སོང་། ཨ་མས་གྱོ་མ་རྟོ་
བཞིན་པའི་སྐབས་ལྷ་འདྲེ་མོ་ཞིག་གིས་བཟུང་སོང་། བྱ་གཉིས་ཀྱིས་ཨ་མ་ལ་ཅི་ཙམ་བསྐྱགས་ཀྱིང་ཡོད་རྒྱུ་
མ་བྱུང་བས། བྱ་ཆེ་བས་སྒྲེ་མོ་བར་ནས་བལྟས་ཆེ་ཨ་མ་དང་འདྲ་བ་ཞིག་ཡོད་བཞིན་པ་མཐོང་། བྱ་རྒྱུད་
བས་རྒྱུད་ལྷ་ཡིན་ཞེས་དྲིས་ཆོ། འདྲེ་མོས་ང་ཨ་མ་ཡིན་ཟེར་འཕྲལ། བྱ་ཆེ་བས་ཨ་མའི་ལག་ན་གྱོ་མ་ཡོད་
མོད་རྒྱུད་ལ་མེད་དོན་ཅི་ཞེས་དྲིས་པས། མོས་གྱོ་མ་ཐང་ན་ཡོད་ཅེས་རྒྱན་བཤད། ཡང་བྱ་རྒྱུད་བས་བའི་
ཨ་མ་ལག་མ་ཞིག་ཡིན་ཟེར་སྐབས། མོས་མགོ་དཀྱིས་ཐངས་ཏེ་ང་རྒྱུད་ཀྱི་ཨ་མ་ཨེ་རེད་ཟེར། བྱ་གཉིས་
ཡིད་ཆེས་ནས་བྱིས་ལ་ཡོད་དུ་བཅུག་ལ། དགོང་མོར་བྱ་ཆེ་བ་གཉིད་ལས་སད་དུས། འདྲེ་མོས་ཉོག་ཉོག་
གིས་ཅིག་ཟ་བཞིན་ཡོད་པས། བྱ་ཆེ་བས་ཨ་མ་རྒྱུད་ཀྱིས་ཉོག་ཉོག་གིས་ཅི་ཞིག་ཟ་བཞིན་ཡོད་ཅེས་དྲིས་
སྐབས། མོས་དེ་རིང་གི་གྱོ་མ་ཟ་བཞིན་ཡོད་ཟེར་ན་ཡང་དོན་དངོས་ལྷ་བྱ་རྒྱུད་བའི་ཤ་ཟ་བཞིན་འདུག།

བྱ་ཆེ་བས་ངས་ཀྱིང་གྱོ་མ་ཟ་འདོད་ཀྱི་ཟེར་དུས། མོས་གྱོ་མ་རྒྱོན་པ་མོས་ན་པོ་བ་བདེ་ནི་མ་རེད་ཅེས་
བཤད། ཡང་བྱ་ཆེ་བས་ཨ་མ་སྐྱག་སྐྱོག་འཐུང་བཞིན་པ་ཅི་ཞིག་རེད་ཅེས་དྲིས། མོས་ཨ་མ་སྐྱོམ་ནས་རྒྱ་
འབྱུག་འཐུང་གིན་ཡོད་ཟེར་མོད་དོན་དོ་མས་བྱ་རྒྱུད་བའི་ཁྱག་འཐུང་བཞིན་ཡོད། བྱ་ཆེ་བས་ཨ་མ་ང་
ཡང་སྐྱོམ་པས་རྒྱ་འབྱུག་འཐུང་འདོད་ཀྱི་ཞེས་བཤད་པས། འདྲེ་མོས་དེ་མ་ཐག་རྒྱ་འཐུང་ན་པོ་བ་བཤམ་
ནི་རེད་ཅེས་ཟེར་མོད། ད་དུང་བྱ་ཆེ་བས་ང་སྐྱོམ་གི་ཟེར་བས། དེས་ན་འཐུང་དང་ཞེས་ཁྱག་ཅ་ནི་གང་
ཕྱིན་པ་ན། བྱ་ཆེ་བས་ཨ་མ་མ་ཡིན་པ་ཤེས་སོང་ལ། བྱ་རྒྱུད་བ་མེད་པ་ཡང་ཤེས། དེ་ནས་བྱ་ཆེ་བས་རྒྱུར་

དུ་མ་ཐོས་ན་འདྲེ་མོའི་ཁ་ཟས་ལ་འགྱུར་རྒྱུ་དེད་བསམ་ནས་ཨ་མ་ང་ལ་གཅིན་གཏོང་རྒྱུ་ཡོད་ཁྱེད་ཐེར་བས།
འདྲེ་མོས་ཕུམ་ལ་ཐོངས་ཟེར་དུས་བྱ་ཆེ་བས་བྱིས་མཆོ་བྱིས་པས་འཕྱ་ནི་དེད་ཟེར། འདྲེ་མོས་དེས་ན་བ་
མའི་ནང་ལ་ཐོངས་དང་ཆོག་ཟེར། བྱ་ཆེ་བས་བྱིས་མཆོ་གཞན་པས་གོ་ན་ངོ་ཆ་གི་ཟེར། འདྲེ་མོས་དེས་ན་
སོང་ཟེར་ཞོར་དུ་སེམས་ལ་བྱིར་ཐོན་དུས་ཟ་བར་འདོད།

བྱ་ཆེ་བ་སྒྲོར་བྱུང་མ་ཐག་ཤར་ཕྱོགས་སུ་བྱོས། འདྲེ་མོས་ཡུན་རིང་ཞིག་ལ་བསྐྱགས་ཀྱང་ཡོད་རྒྱུ་མེད་
པས། དེ་མ་ཐག་འདྲེ་མོ་ཡང་ཤར་ཕྱོགས་སུ་བརྒྱགས། བྱ་ཆེ་བ་བྱོས་བྱོས་ནས་གཡང་གཟར་ཞིག་ལ་སྒྲེབས་
ཆོ། བྱིར་བཞུགས་པ་ན་འདྲེ་མོས་རྗེས་ཆོད་ལ་ཡོད་པས་ཁོས་སྐྱུར་དུ་གནམ་ཐོན་པོར་ང་ལ་མགོན་སྐྱབས་
གནང་རྟགས་ཞེས་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ན། གནམ་ནས་སྐྱགས་ཀྱི་ཐག་པ་ཞིག་དང་བལ་སྐྱད་ཀྱི་ཐག་པ་
གཉིས་གནང་ཡོད་བས་བྱ་ཆེ་བ་སྐྱུར་དུ་སྐྱགས་ཐག་ལ་འཐམས་ནས་སོང་། འདྲེ་མོས་ཀྱང་བལ་སྐྱད་ལ་
འཐམས་ནས་གནམ་ལ་ཐོན་ལ་ཉི་དུས་བལ་སྐྱད་ཆད་ནས་མོ་སར་སྐྱང་ནས་ཤི་སོང་། བྱ་ཆེ་བས་ཨ་མ་
དང་ཅུ་པོ་གཉིས་འདྲེ་མོའི་ཁ་ཟས་སུ་གྱུར་བ་ཤེས་ཏེ། ཁོང་མ་བྱ་གཉིས་ཀྱི་དགེ་ཅུང་བདུན་དེད་རྗེས་ཕྱག་
འཆོལ་ནས་སྐྱ་ས་ལ་སོང་བའི་དག་རྒྱུན་ཡོད་པས་བཅར་འདྲི་བྱས་ནས་ཡིག་ཐོག་དུ་པབ་པ་ཡིན།

བཅར་འདྲི་བྱེད་མཁན། དོན་གྲུབ་བཀྲ་ཤིས།

བཅར་འདྲི་བྱེད་པ། ཆོ་རིང་དང་ལྷག་འཆོ་གཉིས།

ས་གནས། ར་བྱ་རྩ་བ།

བཅར་འདྲི་དུས་ཚོད། 2015.8.25

མཚུག་གཏམ།

སྤྱིང་ཉེ་པའི་སློག་པ་པོ་ལགས། འཚམས་འདྲི་ཞུ། ཡུལ་ཚོས་མེས་པོའི་སྤྱིང་ནོར་ཉེ་མེས་པོའི་སྤྱིང་
ནོར་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་མ་ཡུམ་གངས་རྒྱུངས་ལ་གཅེས་ཤིང་མེས་པོའི་སྤྱིང་རྒྱུན་རིག་གནས་ལ་དྲང་བ་ཟབ་
པའི་སློག་པ་པོའི་རྒྱན་ལམ་དུ་བསྐྱར་བྱུང་བ་འདིའང་དེད་ཅག་གིས་མི་རིགས་མ་བཟེད་ཅམ་དུ་ཡོད་ཅེས་
བད་ཅམ་བྱས་པ་ལགས། འགོ་བརྗོད་དུ་དགོ་ཤིང་ཁྱེད་ཀྱི་ལིང་འཛིགས་མེད་ཀྱིས་མཚམས་སྦྱར་གནང་བ་ལྟར་
མ་ཡུམ་གངས་རྒྱུངས་ཤེས་རིག་ནོར་བུའི་སྤྱིང་སྤྱིང་དུ་བྱམས་བཅེ་ལྟོ་པའི་དགོ་ཤིང་ཤིན་པཀའ་དྲིན་ཅན་
རྣམས་ཀྱི་བྱ་འོག་ནས་དེད་ཅག་གིས་མི་ལོ་དྲུག་ལ་དྲུང་མ་ལྟར་གྱིས་སྤྱིང་སྤྱིང་རེ་བྱས་པས། ད་ལན་མཐར་
ཐུན་ཆེད་ཚུམ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་ལེགས་བྱུང་བྱུང་བ་ནི་གཞི་བཟེད་དང་དང་རྒྱལ་ཉག་ཅིག་དུ་བཅིས་ནས་ཡོད།
འོན་ཏེ་མི་ལོ་དྲུག་ལས་སྤྱིང་སྤྱིང་ལ་ཕྱོགས་མ་སྤྱིང་བ་དང་དངོས་གཞི་ནས་ཀ་ཁའི་སྤྱིང་སློག་ཐོག་མ་འགོ་
བརྒྱུས་ཉེ་མོ་དྲུག་གི་ཡོན་ཆད་ཁུར་པའི་བྱིས་པ་དག་གིས་མི་རིགས་ཤིག་གི་རིག་གནས་དང་གོམས་སྤྱིང་
ཡིག་ཐོག་དུ་འགོད་པ་ལ་མ་འདངས་དང་མ་འཁྱོང་བ་མང་དུ་མཆིས་ལ་ཡོད་ཀྱང་ཆོག་པར་སེམས། ད་
ལྟ་རབ་འབྱམས་པ་དང་སྤྱིང་དཔོན་ཆེན་པོའི་གོ་ས་བཞེས་པ་དག་གིས་ཀྱང་མི་རིགས་ཀྱི་གོམས་སྤྱིང་དང་
རིག་གནས་མི་འདྲ་བ་རེ་རེ་ཡི་གེར་འགོད་པ་ལའང་བལ་བ་དང་ཡོན་ཆད་ཀྱིས་མི་ཐེག་པ་གང་མང་ལགས་
ན། སྤྱིང་འབྱིང་སྤྱིང་མ་སྤྱིང་ཤེས་རིག་གིས་ནར་མ་སྤྱིན་པ་འགའ་ཞིག་འོལ་ཆོད་ཀྱིས་གཏིང་ཟབ་པའི་རིག་
གནས་ལ་མཚུག་པ་ནི་ཅི་འདྲའི་དཀའ་བ་ལ་མང་།

“སྤྱིང་བ་དང་འཆི་བ། གཉེན་སྤྱིག་སོགས་ནི་མི་ཞིག་གི་མི་ཆེད་ཁྱོད་ཀྱི་ཆེས་ཆེ་པའི་བྱ་བ་འབབ་ཞིག་
ཡིན་པས། དེའི་སྤྱིང་ཀྱི་རིག་གནས་ལས་སྤྱིང་པའི་གལ་ཆེ་བ་ཞིག་མེད།” ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་དགོ་ཤིང་
རྣམ་པའི་མཚུབ་སྤྱིན་ལས་མ་གཡོལ་བར་སོ་སོའི་འཛོན་ཆོད་ཀྱིས་བཅར་འདྲི་དང་རྒྱུས་ལོན་བརྒྱུད་དེ།
འདས་མཆོད་རྒྱུ་བསྐྱངས་མི་འདྲ་བ་དང་སྤྱིན་མོ་བྱེད་རྒྱུངས་མི་མཆོད་མང་གང་ཞིག་མདོ་དབུས་ཁམས་
གསུམ་ནས་བསྐུས་པའམ་ཡུལ་ལྱང་མི་འདྲ་བ་རེ་རེ་ལ་དངོས་སུ་བྱུང་བའི་འདྲེ་རྒྱུང་ལྟ་ཆོགས་ཤིག་སྤྱིང་
དུ་བསྤྱིགས་ཡོད་པས།

དེ་དག་ལ་མོས་པ་ཡོད་མཁན་དག་གིས་འཚོལ་སྒྲུབ་ཀྱི་ངལ་བ་མི་དགོས་པར་ཡུལ་ཚོས་མེས་པོའི་སྒྲིང་
ནོར་དུ་ཞིབ་ལྷ་བྱ་ཆོག།

དེད་ཅག་ནི་མཁས་པ་དང་སྒྲེས་ཆེན་ཤ་སྟག་གིས་བྲུབ་པའི་དབྱང་ཆོགས་ཤིག་མི་ནའང་མཐུན་སྒྲིལ་
གྱི་དབྱང་དང་མ་འཛོར་པའི་སྒྲོབ་གྲོགས་བྱ་གཅིག་ལྟེ་མཐར་ཕྱིན་གཉིས་པའི་ཕུ་ཁུ་ཀྱུ་བདུན་ནི་ནམ་ཡང་
གཅེས་འཛིན་དང་བརྟེ་འདང་གི་དམ་ཆོག་མ་ཉམས་པར།

ངལ་བ་ཁྲི་ཕྱག་གི་ཤོག་རུང་དོག་ཀྱང་མདུན་སྒྲོལ་གྱི་གོམ་པ་སྟོ་མཚམས་མ་བཞག་པས་ད་ལན་མཐར་
ཕྱིན་ཆེད་ཚོམ་ལྟེ་ཡུལ་ཚོས་མེས་པོའི་སྒྲིང་ནོར་ལགས་བྲུབ་བྱུང་སོང་། ཆེད་ཚོམ་འདིའི་འགོ་མཁུག་བར་
གསུམ་གང་ནས་བརྟམས་ཀྱང་དེད་ཅག་ལ་བརྟེ་བ་ཟབ་པའི་དགོ་ཆན་ཡོངས་དང་སྟག་པར་དུ་མི་ལོ་དུག་ལ་
བཅས་བརྟེ་ལྟ་མེད་ཀྱིས་བསྐྱངས་པའི་འཛིན་བདག་དགོ་ཆན་གཙང་གཅུག་ཕུད་རྒྱ་མཚོ་མཆོག་ད་དུང་
རང་གི་སྐྱ་ཆེའི་བདེ་ཐང་དང་སྒྲོབ་སྒྲོལ་གི་གོ་སྐབས་ཡོད་དོ་ཅོག་མ་ཡུམ་སྒྲོབ་སྒྲིང་གི་སྒྲོད་དུ་བཏང་བའམ་
དེད་ཅག་གི་ཕྱིར་དུ་གཉིད་བཅག་ཟས་བཟེད་ཀྱིས་དཔེ་བྲིད་ལ་གཞིལ་པའི་དགོ་ཆན་དམ་པ་གྱི་ལིང་
འཇིགས་མེད་མཆོག་གི་བཀའ་འདྲིན་དྲན་འོང་། མཚམས་ཤེར་སྒྱུར་དྲགས་པས་བྲིད་སྟེགས་སུ་བཞུགས་མི་
བྱུང་ནའང་བཙན་གྱིས་ཐ་སྟངས་མི་འདྲ་བ་ཤེ་ཤེའི་ནང་དོན་བསྐྱར་འབྲེལ་གནང་བ་དྲན་ན་དམ་པ་གང་གི་
བཀའ་འདྲིན་རི་ལྷར་བཟེད་བྱུང། བཀའ་འདྲིན་ཆེ་དགོ་ཆན་ལགས། བཀའ་འདྲིན་ཆེ་སྒྲོབ་དཔོན་ལགས། མ་
ཡུམ་སྒྲོབ་སྒྲིང་དང་སྒྲོབ་དཔོན་ནམ་པའི་སྐྱ་ཆོ་བསྐལ་བརྒྱར་བཏན་པར་ཤོག་ཅེས་སྒྲོན་ལམ་གཙང་མས་
མཚམས་སྒྱུར་ཏེ་མཁུག་གཏམ་མཁུག་བསྐྱས་པའོ།།

ཞེས་ཚུམ་སྒྲིག་པས་རྒྱ་ནག་ཁིན་ཏུའུ་ཤོང་ཁྱེར་དུ་སྤྱི་ལོ་2016.6.6:00ལྟར་ནས་བྲིས།

གངས་རྒྱངས་ཤེས་རིག་ནོར་པོའི་སློབ་སྤྱིང་གི་དཔེ་ཚུགས་བསྐྱབས་གཏམ།

ཉེ་བའི་ལོ་འདི་དག་གི་འོང་ལ་ཕྱུ་ཚོགས་སྤེང་གི་སྒྲུབ་ཆེ་བའི་སློབ་གསོ་བ་དང་རྒྱ་ཆེ་བའི་མང་ཚོགས་ཀྱི་
རྒྱབ་སྐྱོར་འོག་དེད་སློབ་སྤྱིང་འདི་ལ། རྩོན་མེད་ཀྱི་བཀྲག་མདངས་རྒྱས་ཤིང་ཡར་རྒྱས་ཀྱི་ལམ་དུ་ཕྱགས་པ་ནི་
དགའ་བ་འབྱམས་ཀྱིས་ཀྱང་མཚོན་དུ་མེད་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་བཞིན་དུ་དེད་ཅག་གི་སྤྱོད་མེན་ཀྱི་སློབ་སྤྱིང་བཀོད་
སྤྱོད་དང་། དགོ་ཆུན་གྱི་དཔུང་ཟེ་བཟང་པོ་འདིས་སློབ་མ་རྣམས་ལ་འདྲ་སློབ་སྤྱིང་གི་ཁོར་ཡུག་ལེགས་པོ་ཞིག་
བསྐྱེད་ཡོད་པ་ནི་ལོ་ངོ་རྒྱལ་གི་སྤྱད་ས་འབྲས་ཀྱིས་ར་སྤྱོད་སྤུབ་པ་ཞིག་ཡིན།

འོན་ཀྱང་། ཤིང་སྤྱོད་ཡོད་ཆད་ཆད་མ་ཅོན་དན་ག་ལ་ཡིན། ཟླ་པར་དུ་སློབ་བྱ་བས་སྤྱོད་ཞན་པ་ལ་
ཤས་ཀྱིས་ཆེད་ཚོས་ཕྱ་ཚོགས་སྐོག་དུ་སྤེལ་དེ་དེ་ཆོའི་གནའ་དེང་བྱང་འབྲེལ་གྱི་བསམ་སྒྲུབ་ནོར་འཕྲུལ་གྱི་ཕྱ་ཚུལ་
འབྲུང་དུ་བཅུག་ཡོད་པས་རྒྱ་ཆེའི་སྐོག་པ་པོ་རྣམས་ལ་དགོངས་སེལ་ལུ་བ་དང་ཆབས་ཅིག་དང་ཕྱིན་གྱི་སྤྱོད་དེབ་
རྣམས་དོད་མ་བྱེད་པའི་ཆེད་དུ་གཤམ་གྱི་ཙ་དོན་འདི་དག་གཏན་ཁེལ་བྱས་པ་ལགས་པས་ཀུན་གྱིས་ཐུགས་གཟབ་
གནང་བར་ལྷ། ཙ་དོན་ནི། ༡ བྱིད་སྤྱོད་དགོ་ཆུན་ལ་སྤྱོད་བསྐྱར་ལུ་བ། ༢ དཔེ་ཚུགས་གཅོ་སྤྱོད་པ་དང་མ་ཉམ་
དུ་དགོ་ཆུན་རྣམས་ཀྱིས་ཆོག་མཆན་བཀོད་པའི་ཚོམ་དེབ་དུ་འགོད་རྒྱུར་འདེམས་པ་མ་གཏོགས། རང་སྣང་གང་
དུན་མི་བྱེད་པ། ༣ གལ་ཏེ་སློབ་གྲུའི་ཁ་ཕྱོགས་དང་མི་མཐུན་ཆེ་དཔེ་ཚུགས་སུ་ཞུགས་མི་ཆོག་ལ་དེབ་གངས་
ཀྱང་འགོད་མི་ཆོག། ༤ རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཙ་ཁྲིམས་དང་མཐུན་པ། ༥ མིའི་རིགས་ཀྱི་བསམ་སྒྲུབ་ཡར་སྐྱར་གྱི་ལུས་
པ་ཐོན་པ། ༦ ཆད་ལྷན་གྱི་ཆོག་མཆན་ཐོབ་ཆེ་ངེས་པར་དུ་སློབ་གྲུའི་རྟགས་དང་དེབ་གངས་འགོད་དགོས་པ་
བཅས་སོ། ། འདིར་ཀུན་གྱིས་ཤེས་དགོས་པ་ཞིག་ལ་ཕྱི་མཇུག་པ་བྱུང་དེད་སློབ་གྲུའི་དཔེ་ཚུགས་ཀྱི་རྟགས་
མེད་པའི་སྤྱོད་དེབ་ཞན་ཆ་ནོར་འཕྲུལ་སྐོག་གཏན་དོན་ཅི་ཞིག་ཡོད་ཀྱང་སློབ་གྲུའི་དཔེ་ཚུགས་པ་གཏན་ནས་མེད་
པར་མ་བྱ། སློབ་སྤྱིང་འདི་གའི་ཚོམ་ཡིག་གི་ཆད་གཞི་འཇལ་བྱེད་དེ་བས་ཀྱང་མི་བྱུང་ངོ་།

གངས་རྒྱངས་ཤེས་རིག་ནོར་པོའི་སློབ་སྤྱིང་གི་དཔེ་ཚུགས་སྤྱིའི་དེབ་གངས་༡༥
ནོར་། ཞེས་གངས་རྒྱངས་ཤེས་རིག་ནོར་པོའི་སློབ་སྤྱིང་གི་སློབ་སྤྱོད་ཁང་གིས།



སྒོ་འདྲི་ལྟལ། སྒོ་བ་དཔོན་ཆེན་མོ་འཇིགས་མེད་རྒྱལ་མཆོན།
སྒོ་བ་དཔོན་ཆེན་མོ་བཟླ་ཚུལ་བྲིམས་རྒྱ་མཚོ།
སྒོ་བ་དཔོན་ཆེན་མོ་ཕྱིང་ཡོན་ཏན་རྒྱ་མཚོ།
སྒོ་བ་དཔོན་ཆེན་མོ་ཤེས་རབ་བཟླ་ན་དར།

མཇུག་སྟེན་དགེ་ཆེན།
དགེ་ཆེན་གྱི་ལིང་འཇིགས་མེད།
དགེ་ཆེན་གཙང་གཅུག་ལྷུང་རྒྱ་མཚོ།

ཚུམ་སྒྲིག་པ།

འཇིགས་མེད་བྲགས་པ། སྒྲི་རྒྱ་དོན་གྲུབ།
རྒྱལ་ཚང་ཀླུ་མཚུལ་བྲིམས་རྣམ་རྒྱལ།
བྲི་ཐོག་ཆོས་དབྱིངས་རྒྱ་མཚོ།
ཁོ་ཆེ་བྲག་ཤིས་ཆོ་རིང་། རྒྱ་བ་བདེ་དགལ།
དགོས་འདོད། གཤེན་ལྷག་སངས་རྒྱལ།
རྩ་རྒྱ་ལྷགས་མཁར་ཆོ་རིང་།

གངས་ལྗོངས་ཤེས་རིག་ཙོང་ལུང་ལྷན་སྐྱེད་གི་དཔེ་ཆོག་སྤྱི་ལོ་དཔ.གངས་༡༩༩༧།

